

Guide des Clubs d'Excellence Gymnique

Orientations et principes généraux

Validé par le Comité Directeur du 22 mai 2024

La réussite des équipes de France passe par la cohérence des différentes étapes de formation qui jalonnent la carrière d'un gymnaste, et par la possibilité d'offrir à chacun, en fonction de l'objectif choisi, les meilleures conditions d'entraînement.

Le Projet de Performance Fédéral (PPF), dispositif réglementaire, s'inscrit dans le projet global de la Fédération. Ce dispositif a pour vocation de structurer l'action des clubs et pôles afin de permettre à l'ensemble des disciplines d'accéder à la performance. Cette organisation cohérente distingue le Programme d'Accession Sportive (PAS) et son action de détection/formation en direction des jeunes talents sur le territoire, du Programme d'Excellence Sportive (PES) dont la finalité exclusive est l'obtention de médailles senior. En l'absence de pôles pour les disciplines Tu et GAc, la Fédération Française de Gymnastique reconnaît en tant que club d'excellence de ces disciplines, les entités activement engagées dans une telle démarche.

Dans les disciplines gymniques, en fonction de l'objectif final, différentes « étapes » de formation sont identifiées pour l'accession vers le haut niveau et la gymnastique de performance. Cette formation du gymnaste permet de définir précisément les niveaux techniques d'intervention des différentes structures dans le PPF FFGym.

- *Accès vers la performance fédérale (Podiums fédéraux)*
 - **Étape 1 :**
La **formation de base** essentielle à la pratique sportive
 - **Étape 2 :**
La **formation préparatoire** visant le développement d'un répertoire de schémas moteurs spécifiques et l'acquisition d'un potentiel physique
 - **Étape 3 :**
L'**entraînement de performance** développant les facteurs favorisant une performance fédérale et se décline en 2 phases :
 - La **formation avancée** visant à intégrer les principes de l'entraînement gymnique de haut niveau
 - La **formation à l'élite** développant les facteurs de performance en vue de la performance en catégorie « senior »

Pour garantir l'évolution technique attendue, des volumes d'entraînement et des catégories compétitives référentes sont préconisées par discipline (cf. tableau des préconisations de volume horaire et nombre de séances hebdomadaires par discipline page 3). Ces préconisations doivent intégrer la préparation physique, mentale, gymnique, acrobatique, la prophylaxie...

À partir de ces principes, la stratégie est d'articuler les différentes dynamiques et de centrer l'action des clubs d'excellence autour de la dernière étape de l'entraînement de performance : la formation à l'élite en développant l'objectif de préparer les gymnastes à intégrer les Equipes de France Senior.

Par conséquent, le club d'excellence s'intègre avec le club formateur dans le PAS et le PES de la Fédération Française de Gymnastique. Ainsi, pour chaque structure d'entraînement, des missions par tranche d'âge sont définies dans le but d'en renforcer la complémentarité et l'efficacité. Ce sont les conditions d'un maillage national cohérent.

PRECONISATIONS DE VOLUME HORAIRE ET NOMBRE DE SEANCES HEBDOMADAIRES PAR DISCIPLINE

GYMNASTIQUE ACROBATIQUE	Etape	Formation de base	Formation préparatoire	Entraînement de performance			
				Formation avancée		Formation à l'élite	
	Structure d'entraînement	Club Formateur			Club d'Excellence		
	Âge des partenaires	8/15 ans	11/16 ans	12/18 ans	13/19 ans	15 ans et +	
	Catégories compétitives de référence		11-16 ans - CEGA	12-18 ans CEGA/CMGA	13-19 ans CE Junior/CMGA 13-19/ CM Junior	Compétitions internationales de référence senior	
	Nbr de séances	3 à 4 fois/semaine	4 à 5 fois/semaine	5 à 6 fois/semaine		6 à 8 fois/semaine	
	Volume horaire hebdomadaire	2h à 2h30/séance 6h à 10h/semaine	2h à 2h30/séance 8h à 12h/semaine	2h30 à 3h/séance 10h à 15h/semaine	12h à 20h/semaine	15h à 25h/semaine	
TUMBLING	Etape	Formation de base	Formation préparatoire	Entraînement de performance			
				Formation avancée		Formation à l'élite	
	Structure d'entraînement	Club Formateur			Club d'Excellence		
		Âge des partenaires	9 à 12 ans	13 à 14 ans	15 à 16 ans		17 ans et +
		Catégories compétitives de référence	National 11-12 ans CMGA	Elite 13-14 ans CE Junior / CMGA	Elite 15-16 ans CE Junior / CMGA		Elite Senior 17 ans et + Compétitions internationales de référence senior
		Nbr de séances	3 à 4 fois/semaine	4 à 5 fois/semaine	5 à 6 fois/semaine		6 à 8 fois/semaine
	Volume horaire hebdomadaire	6h à 8h/semaine	8h à 10h/semaine	10h à 15h/semaine		15h à 20h/semaine	

A. Le club d'excellence et l'accès à la performance

La structuration efficace de l'accès à la performance est aussi incontournable que les qualités intrinsèques des gymnastes pour parvenir au haut niveau.

Les clubs d'excellence, en alimentant et sécurisant le dispositif, occupent une place déterminante dans l'orientation et l'accompagnement du gymnaste (développement de la culture de l'excellence).

Les orientations et l'organisation des clubs d'excellence doivent par conséquent répondre aux principes généraux suivants :

1) Sur le plan de la formation technique :

Les clubs d'excellence doivent avoir comme objectif de susciter la vocation gymnique et d'accompagner la progression de leurs gymnastes.

Pour cela, les clubs d'excellence :

- ▶ Sont identifiés préalablement comme club formateur,
- ▶ Doivent être en capacité d'accueillir des gymnastes licenciés d'autres clubs FFG (Mise en place de conventions),
- ▶ Permettent une augmentation de la charge d'entraînement dans le temps,
- ▶ Développent de véritables compétences en créant et en utilisant un référentiel des étapes de formation des gymnastes,
- ▶ Entretiennent une réelle ambition de formation au haut niveau.

2) Sur le plan de l'encadrement :

La construction d'une relation gymnaste/entraîneur sereine basée sur la confiance réciproque est une condition préalable aux performances futures de tout gymnaste. Cette construction constitue un objectif prioritaire pour les clubs d'excellence.

Pour cela, les clubs d'excellence :

- ▶ Sont impliqués dans la recherche de performance,
- ▶ Détiennent de véritables compétences permettant la recherche de performance des gymnastes,
- ▶ S'impliquent dans les actions mises en place par les Dispositifs Régionaux d'Accession,
- ▶ S'investissent activement dans les actions mises en place par la Direction Technique Nationale (stages, camps d'entraînement et évaluations),
- ▶ Les entraîneurs participent aux formations continues mises en place par la FFGym afin de garantir une mise à jour permanente de l'approche pédagogique adoptée à l'entraînement (préservation de l'intégrité physique et mentale des gymnastes).

3) Sur le plan environnemental

Les clubs d'excellence doivent proposer un environnement propice à la construction de la performance.

Pour cela, les clubs d'excellence :

- ▶ Possèdent du matériel et des espaces adaptés pour une préparation vers un haut niveau en toute sécurité,
- ▶ Doivent être en capacité de proposer des solutions d'hébergement aux gymnastes dans le respect des préconisations définies par le ministère dans le cadre du plan de lutte contre les violences sexuelles dans le sport (http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/conventionviolencessexsport_plaket.pdf). La mise en place de convention « Gymnaste-Parents- club d'excellence » est obligatoire ;
- ▶ Offrent des volumes horaires d'entraînement en adéquation avec les objectifs de progression des gymnastes,
- ▶ Proposent des aménagements scolaires,
- ▶ Offrent un suivi médical prenant en compte les exigences liées à l'entraînement de performance. Les gymnastes identifiés du « club d'excellence » doivent être en possession du certificat médical élite chaque année.

B. Le club d'excellence, les critères d'accès et de maintien dans le dispositif

En déclinant ces principes généraux, des critères d'attribution et de maintien de qualification «club d'excellence» ont été élaborés.

Dans la préparation des gymnastes, les critères sont classés en deux catégories (cf. ANNEXE 1, tableau précisant les critères par discipline).

Pour bénéficier de la reconnaissance «club d'excellence», le club demandeur doit remplir tous les critères de niveau 1 et 4 critères minimums de niveau 2 selon l'annexe N°1.

Tout club souhaitant obtenir la reconnaissance fédérale « club d'excellence » doit en faire la demande auprès du référent de la discipline au sein de la Direction Technique Nationale. Le questionnaire accompagnant la demande doit être retourné selon les conditions calendaires définies par la FFGym.

Une visite de la Direction Technique Nationale sur site pourra être organisée afin d'examiner le contexte local.

Cette qualification « club d'excellence », est validée par le Bureau fédéral, après avis motivé de la Direction Technique Nationale. L'avis repose sur l'étude de critères définis dans chacun des trois domaines précités (formation technique, encadrement, environnement).

La qualité de « club d'excellence » est attribuée pour une discipline déterminée et pour une durée de deux ans à compter du 1^{er} septembre suivant la demande.

Elle peut toutefois être remise en cause pendant cette période :

1. Par décision unilatérale du Bureau fédéral dans le cas où les critères d'attribution ne sont plus réunis ou lorsqu'un nouveau PPF entre en vigueur. Dans ce cas, le club est informé par la FFGym, sous réserve d'un préavis de trois mois.
2. Par décision unilatérale du club qui peut renoncer à bénéficier de la qualité « club d'excellence » sous réserve d'en informer la FFGym en respectant un préavis de trois mois.

C. **Accompagnement fédéral des «clubs d'excellence»**

Une fois la qualité de «club d'excellence» attribuée, la FFGym met en place un accompagnement, tant au niveau national que régional.

Ce dispositif est un outil qui permet à la Fédération de valoriser et d'accompagner le «club d'excellence» dont l'activité est tournée vers les actions de formation technique de qualité et l'obtention de résultats.

Au travers de cette reconnaissance fédérale, le «club d'excellence» est intégré au Projet de Performance Fédéral, dispositif réglementaire inscrit dans le projet global de la Fédération. Le «club d'excellence» bénéficie par conséquent d'une image renforcée : lisibilité auprès des partenaires, courrier de soutien, démarche conjointe, etc.

Au cours des deux années d'identification, des visites d'un représentant de la Direction Technique Nationale et/ou de l'Équipe Technique Régionale pourront être programmées pour identifier les besoins éventuels (aide à la préparation compétitive, construction de stratégie, programmation des entraînements, accompagnement technique, ...) et proposer un suivi individualisé.

Les entraîneurs référents des «clubs d'excellence» peuvent être invités à participer à certaines actions nationales (stages, camps nationaux, actions de perfectionnement de l'encadrement, ...) et internationales (Camps European Gymnastics, compétitions...).