

# **Spécialité Gymnastique**

## **(Gymnastique acrobatique et Gymnastique Rythmique)**

La spécialité sportive « gymnastique » à l'UFR STAPS de Montpellier regroupe plusieurs mentions présentes au sein de la FFG (Fédération Française de Gymnastique) : la gymnastique artistique masculine (acrobatie au sol et aux agrès), la gymnastique artistique féminine (acrobatie au sol et aux agrès), ainsi que la gymnastique rythmique. Chacune de ces mentions évoluera avec des contenus spécifiques au sein de cette spécialité sportive.

Pour les étudiants de gymnastique artistique masculine (GAM) et féminine (GAF), la partie acrobatie sera privilégiée, ainsi des étudiants provenant d'autres disciplines sportives acrobatiques (par exemple Parcours, Trampoline, Tumbling, Sport acrobatique, Breakdance, Workout...) sont eux aussi les bienvenus au sein de la spécialité sportive gymnastique.

La spécialité gymnastique comprend plusieurs heures de théorie et de pratique.

### **La partie théorique**

La partie théorique en première année sera dévolue aux bases de l'intervention en club (comment prendre en charge un groupe en gymnastique), à la préparation physique et aux fondements des éléments gymniques. La seconde année sera dédiée à l'analyse des éléments acrobatiques ainsi qu'à l'intervention en tant qu'entraîneur et enseignant en gymnastique. Enfin lors de la troisième année, la prise en charge de groupes de perfectionnement gymnastique et l'analyse des éléments de difficultés supérieures seront étudiées.

### **La partie pratique**

Deux aspects seront toujours présents en parallèle tout au long des trois années de pratique. Tout d'abord les étudiants de première année devront travailler des éléments gymniques et acrobatiques pour présenter un enchaînement en seconde année avant de proposer un enchaînement supérieur en troisième année. D'autre part, la pédagogie et l'intervention seront également abordées tout au long du cursus. Par exemple les étudiants de première année devront présenter à leurs camarades des échauffements ou des parcours gymniques simples alors qu'en troisième année, ils devront prendre en charge un groupe de jeunes de niveau performance.

### **Relations université et FFG**

Pour l'ensemble des trois années, des enseignants de l'université spécialistes de gymnastique ainsi que des intervenants de la FFG dispenseront les cours. Cette interaction constante entre les intervenants de l'université et de la FFG a permis de

mettre en place des liens étroits entre ces deux institutions. Ainsi, les étudiants inscrits dans la spécialité sportive "gymnastique" peuvent obtenir des diplômes fédéraux de la FFG tels que les CQP (Certificat de Qualification Professionnelle animateur des Activités Gymniques) et le brevet fédéral de Moniteur pour les mentions : Activités Gymniques Acrobatiques ET Activités Gymniques d'Expression (appelés plus communément « CQP AGA » et « CQP AGE »). Si certains étudiants possèdent le niveau du diplôme entraîneur fédéral, ils seront alors proposés à la FFG pour valider ce dit diplôme.