

FASCICULE JUGES FEMININS



L'année sportive 2020/2021 fut malheureusement encore « une année blanche ».

La seule rencontre a été le carrefour technique où nous vous avons présenté :

- Le nouveau fascicule complètement remanié ;
- Une nouvelle compétition libre en même temps que le 1^{er} tour des Coupes ;
- Les nouvelles catégories 2 et 3.

Malheureusement, vous n'avez pu rien tester, ni pratiquer.

Ce présent fascicule comporte les règlements des différentes compétitions que nous adapterons en fonction des situations :

[Vous inscrirez vos gymnastes selon les règlements ci-après en adaptant le niveau selon vos gymnastes.](#)

La CRGF a décidé pour cette nouvelle saison de laisser toute liberté aux cadres dans la progression des degrés : **Aucune exigence dans le choix des degrés des Gymnastes.**

[Au niveau de l'organisation des compétitions, la CRGF prendra les mesures indispensables en fonction des consignes gouvernementales. Le Pass Sanitaire sera contrôlé pour chaque manifestation dans un lieu recevant du public \(donc formations, compétitions, ...\)](#)

La CRGF vous souhaite une excellente année sportive et espère vous retrouver en pleine forme.

Po la Ss Commission Juges
MO HANSSENS

TABLE DES MATIERES

INTRODUCTION	4
LES INDISPENSABLES DES COMPETITIONS.....	5
1. LES JUGES.....	5
2. D'UN CALENDRIER.....	5
3. DES ENGAGEMENTS	5
LES INDISPENSABLES DES COMPETITIONS (SUITE).....	6
REGLEMENTS ET DROITS DES JUGES.....	7
GUIDE DU RESPONSABLE JUGE D'ASSOCIATION	8
ROLE AU SEIN DE L'ASSOCIATION	9
ROLE AUPRES DES RESPONSABLES SECTEUR ET COMITES	9
4. ENGAGEMENTS JUGES	10
5. QUOTA DES JUGES PAR COMPETITIONS	10
6. QUOTA DES JUGES PAR COMPETITIONS (suite)	11
7. DEROULEMENT DES CONCOURS	12
GUIDE DES FORMATIONS.....	13
1. PRESENTATION DES DIFFERENTES FORMATIONS	13
ROLE DU RESPONSABLE JUGE SECTEUR	15
GUIDE DE FORMATION.....	16
INITIATIONS LIBRE ET 6ÈME DEGRE.....	20
DATE D'ENVOI DES DOCUMENTS.....	21

INTRODUCTION

La sous-commission Juges du CD Nord est heureuse de vous présenter ce 12^{ème} fascicule juges.

Celui-ci est un outil complet. Pour cela il comporte en plus du calendrier, des inscriptions juges :

- Les Droits des Juges
- Le guide du responsable juge d'association
- Le rôle du responsable juge secteur
- Un guide de formation pour vous aider à former vos juges.

Pour les formations, vous recevrez une convocation vous précisant l'adresse et l'ordre du jour.

Pour les inscriptions juges aux compétitions, veuillez contacter le cadre de votre association afin de connaître le nombre de gymnastes ou d'équipes engagées pour chaque compétition.

Les documents sont à télécharger sur le site :

<https://hautsdefrance.fscf.asso.fr> - <https://nord.fscf.asso.fr>.

**La liste des juges doit être communiquée en même temps que celle
des gymnastes sous peine de non-inscription aux compétitions**

Les membres de la
Sous-commission Juges

APPELGHEM Michel
BART Sylvie
DENAEGEL Bernard

BAERT Sylvie
DELFORGE Jeanne-Marie
HANSENS Marie-Odile

LES INDISPENSABLES DES COMPETITIONS

Pour faire une bonne compétition nous avons besoin :

1. LES JUGES

Vous retrouverez tous les documents cités ci-dessous sur le site : <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr//>
ou <https://nord.fscf.asso.fr/>

FICHER JUGES

En début de saison il est **IMPERATIF** d'envoyer à MO HANSSENS (responsables Juges des Hauts de France) le fichier « JUGES »

INSCRIPTION AUX DIFFERENTES FORMATIONS - INITIATIONS ET EXAMENS

FASCICULE JUGES

GUIDE PRATIQUE JUGES

LIVRET FICHES TECHNIQUES

LES ELEMENTS DES IMPOSES (SIGNES)

SOL AINEES/ JEUNESSES = 2019/2020
SOL POUSSINS = 2019/2020
BARRES AINEES/ JEUNESSES = 2017/2018
BARRES POUSSINS = 2017/2018
POUTRE AINEES/ JEUNESSES/POUSSINS = 2018/2019

LES FEUILLES DE COTATION

2. D'UN CALENDRIER

Vous trouverez le calendrier sur le site : <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr//> ou
<https://nord.fscf.asso.fr/>

3. DES ENGAGEMENTS

LES ENGAGEMENTS DES COMPETITIONS (attention ! à l'onglet)

COUPES D'HIVER - LIBRE - <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr/gymnastique-feminine>
1er TOUR DES COUPES
INDIVIDUEL - CATEGORIE 2

IMPOSES - <https://nord.fscf.asso.fr/>
ETOILES CD NORD AINEES → feuilles de notes

ETOILES & BADGES SECTEUR → feuilles de notes

CHALLENGES AINEES - PRESTIGE - JEUNESSES - POUSSINS

LES INDISPENSABLES DES COMPETITIONS (SUITE)

LIBRE : <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr/gymnastique-feminine>
INDIVIDUELS REGIONAUX CATEGORIE 1 - 2 - 3 ET POUSSINS

IMPOSES : <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr/gymnastique-feminine>
REGIONAUX AINEES/JEUNESSES/POUSSINS

4. MEMBRES DE LA COMMISSION JUGES

NOM	FONCTION	TEL	ADRESSE MAIL
APPELGHEM Michel	Commission Juges	06.88.59.17.51	appelghm@orange.fr
BAERT Sylvie	Commission Juges	06.71.76.31.06	Sisiide1@hotmail.fr
BART Sylvie	Commission Juges	06.62.84.06.24	sylviebart@sfr.fr
DELFORGE Jeanne-Marie	Commission Juges	07.70.04.69.77	Jeannemarie59@gmail.com
DENAEGEL Bernard	Commission Juges	06.59.65.17.58	b.2nagel@gmail.com
HANSENS Marie-Odile	Responsable Commission Juges	06.42.04.47.47	damohanssens@orange.fr

REGLEMENTS ET DROITS DES JUGES

- Avoir 14 ans (ou plus) pour juger les AJP.

PROGRESSION

- | | | |
|---------------------------------|---|----------------------------------|
| • Juge 1 ^{er} Echelon | } | Sans examen |
| • Juge 2 ^{ème} Echelon | | |
| • Juge 6 ^{ème} Degré | } | Avec examen |
| • Juge Libre | | |
| • Juge Fédéral Arbitre | } | Avec examen sous forme de module |
| • Juge Fédéral Formateur | | |

REGLEMENT JUGES

Droits et devoirs du juge (extrait du guide pratique du juge).

- Respect d'envoi des engagements
- Obligation de suivre les formations pour juger du 1^{er} au 6^{ème} degré inclus et le libre
- Formation indépendante : imposé (du 1^{er} au 5^{ème}) - 6^{ème} degré - libre
- Si un juge n'est pas recyclé sur une période de 2 ans, il ne sera pas autorisé à juger.
(Les recyclages FIG et 6^{ème} degré ne sont pas valables pour les imposés).
- Respect du temps de pause
- Respect de l'heure de pointage
- Tenue vestimentaire des juges obligatoire pour tous les concours (pas de jean)
- Ne pas quitter son poste en dehors des pauses
- Accepter son rôle quelque soit le niveau
- Respecter l'ordre de passage des gymnastes donné par l'encadrement
- Les juges (à partir du 2^{ème} échelon) doivent être polyvalents, minimum sur 2 agrès
- Aucune réflexion sur les gymnastes
- Avoir un comportement correct (**portable interdit**), **sauf pour la calculette**.
Ce règlement a été revu et accepté lors de la réunion des juges du 25/10/1999. Il sera donc scrupuleusement appliqué.
- Avoir impérativement jugé Etoiles et/ou Badges en secteur pour participer aux Challenges
- **Présenter sa licence à chaque compétition**

POUR LES ASSOCIATIONS PARTICIPANT AUX COMPETITIONS NATIONALES :

- Prévenir la responsable des juges le plus vite possible en cas de besoin de juges
- Faire impérativement signer les dossiers

Les dossiers pour les Championnats Nationaux en Section et les Championnats Nationaux Individuels **doivent être adressés en copie à la Présidente du Jury et à la Responsable de la CRGF ainsi que la liste des juges** sinon votre candidature ne sera pas prise en compte et le dossier vous sera retourné.

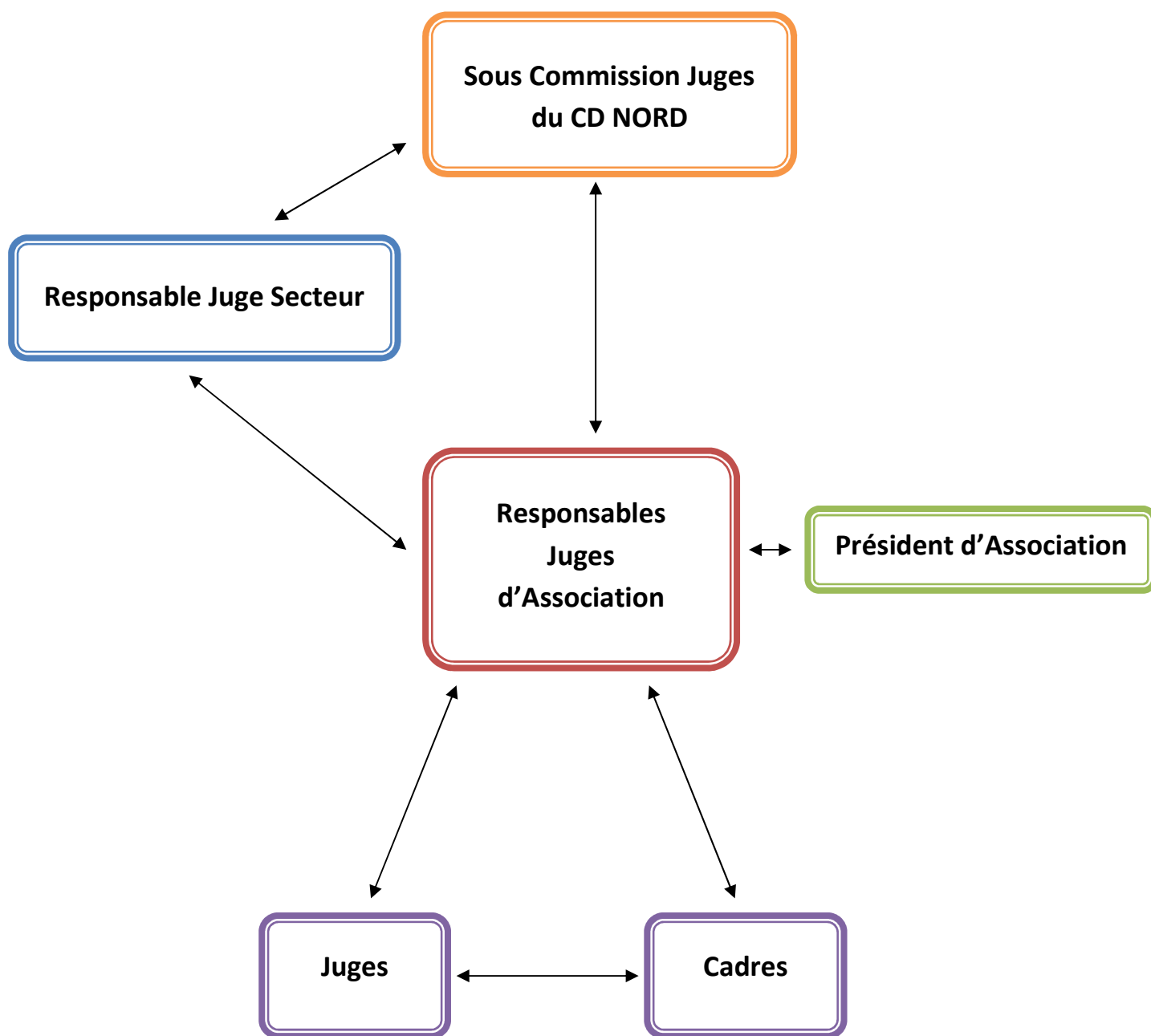
- Avoir impérativement jugé dans les compétitions du CD NORD ou du Comité Régional des Hauts de France pour participer aux compétitions nationales.

GUIDE DU RESPONSABLE JUGE D'ASSOCIATION

Destinataires : Responsables Juges des associations F.S.C.F. - CD Nord

I - PRESENTATION

Vous êtes l'intermédiaire entre la sous commission juges, vos juges et vos cadres d'association



ROLE AU SEIN DE L'ASSOCIATION

1. Aider vos juges dans leur formation :

- En leur distribuant les documents (Programme Fédéral de la saison en cours, Guide Pratique du Juge)
- En les invitant aux entraînements
- En les accompagnant aux formations
- En poursuivant le travail des formations (transmettez-leur votre savoir-faire, le guide de formation pourra vous aider)
- En les incitant à suivre les initiations (6ème puis libre) et à passer les examens

2. Communiquer à vos juges les informations reçues :

- En distribuant le calendrier des formations et des compétitions dès le début de la saison
- En transmettant les convocations aux formations (y compris celles des formations 6^{ème} degré et F.I.G. si vos juges s'en sentent capables)
- En convoquant vos juges et en les inscrivant aux diverses compétitions avec leur accord (A noter : une association ne participant pas aux concours "Imposés ou Libres" peut y amener des juges)

3. Assurer la cohésion de votre équipe

- **Tous vos juges doivent être licenciés**
- Assurer une communication avec les cadres de votre association
- Partager vos compétences de jugement avec les cadres
- Utiliser les connaissances techniques de vos cadres
- Inviter vos cadres aux formations juges

4. Recruter de nouveaux juges

- Par le biais d'un courrier à tous les parents
- Lors de l'assemblée générale de votre association
- Par l'intermédiaire des cadres
- Par un encart dans le dossier d'inscription
- À tout moment de la saison
Cela permettra une bonne organisation des compétitions.
Un juge débutant a le choix de commencer en Poussins ou en Jeunes / Aînées

ROLE AUPRES DES RESPONSABLES SECTEUR ET COMITES

- Envoyer votre Fichier Juges (formulaire à télécharger sur le site) <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr/gymnastique-feminine> pour noter la liste de tous les juges inscrits dans votre association) au Responsable de la Sous-commission Juges et une copie au Responsable Juges de votre secteur. **IMPERATIF**
- Avertir ces derniers de tout changement dans votre Fichier Juges. (Nouveau juge ou abandon)
- Envoyer en respectant les délais la liste des juges engagés à chaque compétition pour savoir à qui envoyer la liste). Vous rapprocher des cadres pour connaître le nombre de gymnastes engagées et inscrire ainsi le nombre de juges requis (cf. p 10/11).

Si un juge engagé pour une compétition ne peut finalement plus y participer, prévenir DE SUITE LA RESPONSABLE afin de pouvoir réorganiser le planning.

4. ENGAGEMENTS JUGES

LES ENGAGEMENTS DES JUGES DOIVENT ETRE ENVOYES EN MEME TEMPS QUE LES ENGAGEMENTS DES GYMNASTES. (Voir fichier Excel sur le site)

- Les quotas de juges à engager en concours doivent être respectés à CHAQUE COMPETITION. Si vous engagez plus de juges pour un concours X, le nombre de juges supplémentaires ne peut venir compenser un nombre de juge insuffisant pour un concours Y.
- Pour respecter le quota de juges à une compétition, une association peut en demander à une autre association. Dans ce cas, l'association s'engage à prendre en charge repas, frais de déplacement, d'hébergement.

POUR TOUTES LES COMPETITIONS :

1. LES ENGAGEMENTS :

Les engagements des juges doivent être envoyés en même temps que les engagements des gymnastes. (Voir fichier Excel sur le site).

2. LES REPAS :

Pour toutes les compétitions, les repas juges sont à payer à l'organisateur (décision de la CRHDF Sept 2021).

PRECISION POUR LES REPAS : un récapitulatif du nombre de repas à payer par l'association vous sera envoyé par Christine avec copie à l'organisateur.

3. LES AMENDES :

Une association ne respectant pas le nombre de juges doit s'acquitter d'une amende à payer au CD NORD ou au Comité Régional des Hauts de France (selon la compétition).

Toutes les associations, ayant des gymnastes en 6^{ème} degré depuis au moins 3 ans, sont tenues de présenter des juges 6^{èmes} confirmés ou en initiation sous peine d'amende majorée.

Pour les Régionaux Aînées, Jeunesses, Poussins :

En cas de forfait dans les 10 jours précédents la date du concours, la présence des juges est obligatoire (amende de 50.00 € par juge manquant).

5. QUOTA DES JUGES PAR COMPETITIONS

AMENDES

En fonction de la compétition, il est demandé aux juges une qualification en rapport avec les degrés (2015/2016) :

1^{er} et 2^{ème} degré = juge 1^{er} échelon, juge débutant
3^{ème} et 4^{ème} degré = juge 2^{ème} échelon
5^{ème} et 6^{ème} degré = juges 6^{ème} échelon - libre - Fédéral
Formateur

Chaque association peut proposer 1 secrétaire en remplacement d'un juge pour les Challenges et régionaux. Il faudra qu'il montre des qualifications pour ce poste.

Pour plus de précisions, consulter le règlement de chaque compétition

Inscrire le nombre d'équipes en fonction de votre quota juge : tout non-respect entraînera l'annulation des inscriptions des gymnastes à cette compétition.

7. DEROULEMENT DES CONCOURS

- Prévenir vos juges que les Concours se déroulent sur la journée.
- Avant chaque concours, vous devez leur préciser l'heure, l'adresse et l'accueil des juges.
- Préciser à vos juges :
 - De venir indépendamment de l'association
 - De se présenter **DIRECTEMENT** à l'accueil des juges au début de chaque compétition avec **LICENCE et CARTE DE JUGE**
 - De se rendre à son agrès
 - **!!! le concours commence, on ne peut plus accepter les retardataires !!!**
 - La répartition aux différents agrès se fait, dans la mesure du possible, en référence à votre inscription d'où l'importance de bien remplir votre feuille d'engagement juges. (Noter obligatoirement 2 agrès pour les juges 2^{ème} échelon et plus).
 - **Leur communiquer leur affectation.**

TENUES DES JUGES

Port de chaussons ou chaussures gymniques **non utilisés à l'extérieur** (pas de talon aiguille)
Toutes tenues juges doivent être décentes

- **Femmes :**
 - tenue bleu marine et blanc de décembre à avril, (jean interdit)
 - tenue blanche unie du 01 mai à fin juin
- **Hommes :**
 - tenue grise et bleu marine toute la saison (jean interdit).

5. QUELQUES CONSEILS

- Si votre effectif juges est assez conséquent, faites un roulement pour les différents concours mais cependant mettez tous vos juges pour les étoiles, badges et les régionaux.
- Pour le 1^{er} tour des coupes et les individuels régionaux, les juges sont retenus par la Sous Commission Juges en fonction de leur présence aux différents recyclages F.I.G. et/ou aux initiations, et doivent être également inscrits par leur association. Il faut absolument que les associations participantes fassent l'effort d'envoyer des juges en formation ou en initiation. **Un juge en initiation compte dans l'effectif et peut éviter l'amende juge à condition d'avoir déjà inscrit un juge recyclé code F.I.G.**
- Possibilité de mettre les juges débutants en doublure la 1^{ère} année (seront inclus dans l'effectif). Ne pas les forcer à tout faire, les laisser se prendre au jeu et aller progressivement.
- Possibilité pour certaines compétitions de mettre des Assistants : secrétaire, chef de plateau, etc...
- **Si votre effectif est insuffisant pour répondre aux exigences des quotas par compétition, n'hésitez pas à vous aider entre associations. C'est à vous de vous rapprocher des responsables juges des autres associations.**
- **Pour les Régionaux Aînées/Jeunesses/Poussins : en cas de forfait dans les 10 jours précédents la compétition, la présence des juges est obligatoire (amende de 50 E/juge manquant + les repas/quota exigé - cf décision CDGF du 15/09/2011).**

GUIDE DES FORMATIONS

- Les formations sont assurées par les membres de la Sous-Commission Juges du CD Nord. Vous devez poursuivre ce travail avec vos juges lors des entraînements.
- Au fur et à mesure des années, il est souhaitable que les juges 1^{er} échelon se spécialisent dans un 2^{ème} agrès de leur choix.
- Il est conseillé de répartir vos juges aux différents agrès au sein de votre association (cela évitera les disproportions au niveau des Comités régional et Départemental)
- Seuls les juges recyclés seront retenus pour juger les compétitions.
- Il est conseillé de suivre la formation adaptée à son niveau ; cependant, en cas d'impossibilité, vous pouvez en suivre une autre.

1. PRESENTATION DES DIFFERENTES FORMATIONS

- **Formations Débutants** : 4 demi-journées complémentaires

→ Pour tout nouveau juge

→ Présence indispensable aux 4 formations pour les juges débutants, les « Anciennes gymnastes ou cadres » peuvent commencer à la formation Débutant 3

La 4^{ème} formation débutants = formation intermédiaire → un juge débutant 2^{ème} année peut y participer

- **Recyclage Imposés** : 2 demi-journées identiques → les 2 pour les Aînées / Jeunesses / Poussins

→ Pour les juges confirmés : débutant 2^{ème} année, 1^{er} et 2^{ème} échelons, 6^{ème}, Libre et Fédéral

Précision : il est fortement conseillé aux juges débutants de suivre la formation débutant 3 et 4 avant de suivre la formation des imposés.

- **Initiations 6^{ème} et libre** : en moyenne 1/mois

→ Pour le Libre : ouverte à tous les juges 6^{èmes}

→ Pour le 6^{ème} : ouverte à tous les juges 2^{èmes} et à tous les juges souhaitant progresser

- **Recyclages 6^{ème} et Libre** : 1 matinée

→ Pour les juges confirmés

- **Ensembles** : 3 matinées + 1 pour la validation et recyclage pour tous les juges titulaires Ensembles

→ Pour tout juge ou PARENT sans connaissance gymnique

2. CONTENU DE CHAQUE FORMATION

FORMATION	CONTENU
DEBUTANT N° 1	<ul style="list-style-type: none"> • Présentation et organigramme de la FSCF • Ebauche des notes D et E • Reconnaissance des difficultés + signes • Etude des fautes générales
DEBUTANT N° 2	<ul style="list-style-type: none"> • Révision des difficultés : mettre un nom + signes • Technique des difficultés • Application : travail sur la note D • Reconnaissance et évaluation des fautes générales • Application : travail sur la note E
DEBUTANT N° 3	<ul style="list-style-type: none"> • Révision : notes D et E • Théorie : ce que doit savoir un juge avec des mises en application
DEBUTANT N° 4	<ul style="list-style-type: none"> • Pratique aux agrès : • Révision des difficultés et technique • Révision des Ecartés des fautes générales • Cotation de mouvements AJP : des passages aux mouvements complets
RECYCLAGE IMPOSES A/J/P	<ul style="list-style-type: none"> • Généralités par power point ou questionnaire • Diction de mouvements à noter en signe • Cotation aux 4 agrès en vidéo • Présentation éventuelle du nouvel agrès
PREPARATION EXAMEN	<ul style="list-style-type: none"> • Mise en condition d'examen pour valider les acquis en théorie et pratique
INITIATION 6 ^{ème} DEGRE	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage sur les 4 agrès • Acquisition progressive de la base jusqu' à la cotation en signes
INITIATION F.I.G.	<ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage sur les 4 agrès • Acquisition progressive de la base jusqu' à la cotation en signes
RECYCLAGE 6 ^{ème} DEGRE	<ul style="list-style-type: none"> • Révision ou découverte (si changement) et notation
RECYCLAGE F.I.G.	<ul style="list-style-type: none"> • Révision ou découverte (si changement) et notation
ENSEMBLES N° 1	<ul style="list-style-type: none"> • Connaissance des 3 postes et détailler leurs fonctions et emplacements • Démonstration des positions • Fautes générales et de terminologie • Vision du DVD
ENSEMBLES N° 2	<ul style="list-style-type: none"> • Travailler sur les connaissances des ensembles Aînées/ Jeunesses • Travailler sur les mouvements par paragraphe • Noter par groupe de 3
ENSEMBLES N° 3	<ul style="list-style-type: none"> • Révision des séances précédentes • Faire juger tous les participants sur chaque poste • Visualiser un mouvement
ENSEMBLES N° 4	<ul style="list-style-type: none"> • Validation des 3 séances pour l'obtention de la carte - Recyclage pour les titulaires de la carte
RECYCLAGE ENS	<ul style="list-style-type: none"> • Révision du contenu + Cotation

ROLE DU RESPONSABLE JUGE SECTEUR

Destinataires : Responsables juges des secteurs F.S.C.F. - CD NORD

- Doit faire un fichier de ses juges
- Doit faire le tableau JUGES pour les Etoiles et les Badges en tenant compte des consignes suivantes :
 - Ne pas mettre 2 juges de la même association ensemble
 - Il est **interdit** de mettre qu'un seul juge même pour les poussins
 - Doit tenir compte de l'échelon et de la compétence de ses juges (par exemple mettre un juge recyclé et confirmé pour noter le 6^{ème} degré)
 - Ne doit pas mettre 2 juges débutants ensemble ; les mettre avec des juges confirmés afin qu'ils complètent leur compétence (et de ce fait continuer à apprendre)
 - Doit respecter l'agrès demandé par le juge débutant (voir le mettre en doublure s'il le demande)
 - Vérifier que les juges 2^{ème} échelon, 6^{ème} degré et libres savent juger au moins 2 agrès

Pour vous aider à faire ce tableau, le responsable recevra de la part de la Responsable de la Sous Commission Juges la liste des juges avec leur participation aux formations.

- Lors du pointage vérifier la licence et ne pas oublier de pointer la carte
- **Vérifier la tenue des Juges**
- **Réunir le plateau avant la compétition afin de donner les dernières consignes et faire le briefing (celui-ci envoyé par la Responsable Juges)**
- Si possible, éviter de juger afin de tourner aux différents agrès, il ne faut pas oublier qu'un même groupe de gymnastes doit passer devant le même jury. Par conséquent il ne doit pas y avoir de changement de jury lors des Etoiles et Badges.
- **Doit envoyer son tableau de juges des Etoiles et Badges à la Responsable de la Sous Commission Juges et signaler les problèmes rencontrés (par mail)**
- Doit participer aux matinées de formation du CD NORD afin de pouvoir répondre aux problèmes de cotation
- Ne doit pas oublier la conduite à tenir en cas de réclamation. La réclamation doit se faire par écrit :
 - Elle doit être accompagnée d'une caution de 15 € réunir le jury d'appel (responsable technique du secteur ou le Président, le Responsable juge secteur et les juges concernés)
 - Délibérer à la fin de la rotation
 - La décision doit être communiquée au cadre : la décision est sans appel
 - En cas de modification de note, c'est le Responsable Juge Secteur qui corrige la feuille officielle de la note et la signe
 - Décision : si le cadre obtient satisfaction, la caution lui est rendue, si le cadre perd, la caution est donnée au Président du Secteur.
- En cas de surplus de juges, il faut en mettre 3 par agrès et **surtout ne jamais laisser un juge sur le côté**
- Pour tout litige, le Guide Pratique du Juge et le Programme Fédéral (de la saison en cours) doivent être consultés.

GUIDE DE FORMATION

Destinataires : Responsables juges des associations F.S.C.F. - **CRHDF**

Ce guide a pour but de vous aider dans la formation de vos juges.
C'est une conduite à tenir qui peut bien sur être adaptée ou modifiée en fonction de vos juges.

La façon de procéder peut-être différente selon que vous avez à faire :

- ❖ A d'anciennes gymnastes.
- ❖ A des entraîneurs.
- ❖ A des parents.

Car gymnastes ou entraîneurs sont familiarisés avec le langage technique.

La formation est divisée en 2 parties complémentaires

- ❖ *Partie théorique* = en cours et sur le terrain ; il faudra s'assurer que les Juges Débutants ont bien compris et qu'ils sont capables de les appliquer en situation concrète,
- ❖ *Partie pratique* = étude du vocabulaire gymnique, démonstration des éléments, reconnaissance et explication des fautes commises, notation d'un exercice.

Votre travail consiste à :

- ❖ Prendre en charge vos juges en les initiant
- ❖ Poursuivre le travail effectué des formations régionales

Formation = enchaînement d'étapes dont chacune d'entre elle doit être acquise avant de poursuivre.

I : PREPARATION

a) Théorie

- ❖ Lire attentivement le Guide pratique du juge (sur le site CDNORD) avec le juge ou le laisser lire seul,
- ❖ Voir avec lui les points litigieux ou incompris,
- ❖ S'assurer de la bonne compréhension,
- ❖ Attirer son attention sur les fautes générales, les exigences techniques et les fautes de terminologie,
- ❖ Révision de la partie théorique lors de la formation «débutants» en répondant aux questions et en insistant sur les points ambigus ou importants.

b) 1ère approche

- ❖ Faire évoluer des gymnastes aux différents appareils en commençant par le 1^{er} degré et ainsi de suite avec éventuellement des explications très succinctes,
- ❖ Montrer la différence entre un beau et un mauvais mouvement en lui soulignant brièvement les fautes.

c) Terminologie

- ❖ Travailler la **terminologie** à l'aide du guide pratique du juge = démonstration avec des gymnastes pour familiarisation de la gymnastique et des différents termes (*à faire en plusieurs fois*)
- ❖ Revoir ces différentes positions en les démontrant : le juge doit les reconnaître et savoir **donner un nom**.

*Cette 1^{ère} étape terminée et **acquise**, le juge peut faire le choix de son agrès.*

II : PRATIQUE

a) Etude des fautes générales : procéder par étape

- ❖ Etude des fautes générales à l'aide du guide pratique du juge, du programme = **démonstration** des différentes fautes, bien montrer la **progression de 0,10 - 0,30 - 0,50 - 0,80 - 1.00**

Ex : Jambes tendues

Légèrement fléchies = - 0,10

Moyennement fléchies = - 0,30

Complètement fléchies = - 0,50

Hauteur, écart, etc. = faire la nuance entre la faute à 0,10 et celle à 0,30

Insuffisance importante = - 0,30

Insuffisance + ou - légère = - 0,10

- ❖ **Reconnaissance** des fautes au passage de la gymnaste (à l'aide de petits mouvements),
- ❖ **Notation** des fautes sur papier

b) Difficultés

- ❖ Etude des difficultés de son agrès par démonstration.
- ❖ Faire reconnaître les difficultés = donner un nom et expliquer le signe.
- ❖ A faire en plusieurs séances.

c) Difficultés + Exigences Techniques

- ❖ Expliquer en démontrant les fautes de chaque élément.
- ❖ A faire en plusieurs séances.

d) Cotation

- ❖ Cotation = Donner une valeur **OBJECTIVE** à un mouvement.
Note D : reconnaissance des difficultés = addition de leur valeur (et le signe)
Note E : fautes d'exécution (fautes générales, de terminologie, les exigences techniques)
- ❖ Faire évoluer des petits enchaînements issus des degrés (associant des difficultés + liaisons par des gymnastes) = faire reconnaître les fautes en procédant ainsi :
 1. D'abord le dire au passage,
 2. Les faire dire oralement par le juge,
 3. Faire dire oralement en précisant la pénalisation,
 4. Faire noter sur papier et **JUSTIFICATION** de sa note.

e) Connaissance du mouvement

- ❖ Commencer par le 1^{er} degré.
- ❖ Passage à la *lecture* et *décortiquer* le degré (utiliser aussi le DVD).
- ❖ Démontrer le degré plusieurs fois.
- ❖ Faire reconnaître les fautes au passage en essayant de dire combien,
- ❖ Faire noter sur papier, doit essayer d'expliquer sa note,
- ❖ A l'entraînement suivant, le juge doit expliquer le mouvement à la gymnaste = **bonne connaissance du mouvement**
- ❖ Faire plusieurs cotations de ce même degré, **le juge doit être capable d'expliquer sa note avec les pénalités appliquées par rapport aux fautes commises.**

Procéder ainsi de suite pour les autres agrès **MAIS** attention : aller doucement.

g) Petits conseils

- ❖ Passer à l'étape suivante après une bonne acquisition de la précédente
- ❖ Connaissance des degrés = passer au degré suivant après bonne maîtrise du degré appris
- ❖ Le juge doit travailler chez lui
- ❖ Le juge doit venir régulièrement aux entraînements
- ❖ Le juge doit noter par signes et mettre en dessous les pénalités. Vous pouvez faire l'exercice suivant : dictions de signes puis des dictions + fautes à - 0,10, - 0,30 - 0,50... le juge doit pouvoir les répéter
- ❖ Formation terminée : ne pas arrêter, faire des tests de vérification, de révision en les incorporant avec les autres juges de votre association ; vous pouvez faire des simulations de concours.

BONNE FORMATION ET BON COURAGE

La sous-commission juges est à votre disposition pour tout problème

Pour vous aider, voici quelques principes généraux

Précision terminologie :

- ❖ Suspension = le plan des épaules est en dessous du plan des mains
- ❖ Appui = le plan des épaules est au-dessus des mains
- ❖ Grand jeté = enjambé
- ❖ Soubresaut = vertical
- ❖ Appui libre (B.A.) = le corps ne touche pas la barre
- ❖ Envol = le corps est dans l'air
- ❖ Arabesque = la jambe libre est levée tendue en arrière ou devant, dans les différentes positions le corps droit
- ❖ Relevé = partir du pied à plat pour arriver sur ½ pointes
- ❖ Piqué = arriver sur demi-pointe sur la jambe d'appui tendue ou fléchie

Posture droite en poutre et sol

- ❖ Tête droite
- ❖ Epaules basses
- ❖ Bassin en alignement et en appui sur les pieds
- ❖ Jambes tendues
- ❖ Pieds légèrement ouverts
- ❖ Bras souples "vivants"

Marche - Pas chassés = sur ½ pointes

- ❖ Epaules basses et droites
- ❖ Omoplates fixées
- ❖ Tête droite, regard devant soi
- ❖ Bras au niveau des épaules
- ❖ Ventre et fessiers serrés
- ❖ Buste et bassin alignés
- ❖ Jambes tendues

Pivot

Tour autour de l'axe de largeur en appui sur 1 ou 2 jambes.

- ❖ à la station sur ½ pointes
- ❖ à la position accroupie corps ou buste droit sur ½ pointes

Il existe 2 sortes de pivots :

- ❖ en piqué : jambe au sol tendue puis élévation sur ½ pointes et pivot
- ❖ en relevé : demi-flexion de la jambe d'appui puis extension et élévation sur ½ pointes et pivot.

Reposer le talon en fin de pivot

Placement du dos
 Chandelle
 A T R
 Roue
 Rondade



Alignement dos - bassin

Saut de mains
 Rondade

impulsion bras
 impulsion bras

Tous les saltos = hauteur de la gym

Sauts = Amplitude

- ❖ Ecartement des jambes
- ❖ Préparation = élévation du corps sur ½ pointes de pieds puis impulsion par demi-flexion et extension complète des jambes
- ❖ Réception = jambes mi-fléchies sur ½ pointes de pieds puis pose des talons bassin en rétroversion

Tour facial arrière
 Bascule
 Piston



Les bras sont tendus

INITIATIONS LIBRE ET 6ÈME DEGRE

OBJECTIFS :

- Avoir des juges compétents pour noter les compétitions libres ou 6^{ème}Degré
- Avoir suffisamment de juges pour assurer ces mêmes compétitions
- Avoir en objectif le passage de l'examen soit en entier, soit en restreint pour les juges ayant suivi les initiations depuis quelques années
- Former les juges de façon progressive et adapter au niveau du groupe

Au niveau Fédéral :

Il est exigé un niveau de compétence pour noter les individuels et les sections

Pour le libre : minimum 6^{ème}

Pour l'imposé : minimum juge 2^{ème} échelon + initiation 6^{ème} Degré

REGLEMENT :

- Toute association, ayant des gymnastes en 6ème ou en libre, doit faire l'effort de mettre des juges en initiation (minimum en initiation 6ème).
- **ATTENTION** : Amende majorée pour toute association qui depuis 3 ans inscrit des gymnastes en 6^{ème} et libre sans inscrire de juges (ne serait-ce en initiation)
- Tout juge doit être obligatoirement formé ou recyclé.
- Il n'est pas obligatoire d'être juge 2^{ème} échelon pour suivre l'initiation 6ème

OBLIGATION DU JUGE :

- Suivre les initiations régulièrement ;
- Travail personnel.

ORGANISATION :

Horaire : 8h30 pour 9h -12h

Un récapitulatif des dates est envoyé avec la 1^{ère} convocation ensuite chaque lieu et confirmation de date sont précisés à chaque séance d'où l'importance de commencer le début sinon contacter MO HANSENS pour connaître date et lieu

MATERIEL :

Si possible écran - le reste du matériel est amené par la sous commission Juges

DATE D'ENVOI DES DOCUMENTS

Les documents doivent être adressés par Email :

- A la F.S.C.F. Comité Régional des Hauts de France contact@fscf-hdf.fr
- Ou F.S.C.F. Comité Départemental Nord-pas de calais contact@fscf-nord.fr
- suivant les compétitions voir sur le site : <https://hautsdefrance.fscf.asso.fr/gymnastique-feminine> OU sur le site : <https://nord.fscf.asso.fr/>

MERCI DE VOUS METTRE EN RAPPORT AVEC LE CORRESPONDANT DE VOTRE ASSOCIATION POUR N'EFFECTUER QU'UN SEUL ENVOI

	Date d'envoi	Où l'envoyer
FICHER JUGES	15/10/2021	MO HANSENS
INSCRIPTIONS AUX INITIATIONS ET EXAMENS	15/10/2021	MO HANSENS
INSCRIPTIONS JUGES AUX DIFFERENTES COMPETITIONS		
Inscriptions Juges 1 ^{er} TOUR DES COUPES NATIONALES - INDIVIDUEL CAT 2	01/11/2021	MO HANSENS
INSCRIPTIONS JUGES ETOILES CRGF (MIXAGE 5/6-6 ^{EME} D)	05/02/2022	MO HANSENS
INSCRIPTIONS ETOILES SECTEUR	3 semaines avant concours	Responsable Secteur
INSCRIPTION BADGES SECTEUR	3semaines avant concours	Responsable Secteur
RAPPORT SECTEUR ETOILES ET BADGES (+ envoi tabl. Juges)	1 semaine après concours	MO HANSENS
CHALLENGES AINEES/PRESTIGE/CHALLENGES JEUNESSES/CHALLENGES POUSSINS Inscriptions Juges	08/03/2022	MO HANSENS
INDIVIDUELS REGIONAUX (Cat. 1/P/2/3) Inscriptions Juges	15/04/2022	MO HANSENS
REGIONAL AINEES / JEUNESSES Inscriptions Juges	11/05/2022	MO HANSENS
REGIONAL POUSSINS Inscriptions Juges	18/05/2022	MO HANSENS

Adresse d'envoi des documents JUGES : chez MO HANSENS

• **Adresses utiles :**

<p>ADRESSES UTILES : F.S.C.F. 22, rue Oberkampf 75011 PARIS Tél.: 01.43.38.50.57 / Fax : 01.43.14.06.65 Adresse mail fscf@fscf.asso.fr Site : www.fscf.asso.fr</p>	<p>F.S.C.F. C.D. NORD - C.R.des HAUTS DE FRANCE 39, rue de la Monnaie 59000 LILLE Tél. : 03.20.14.53.45 Adresses mail : contact@fscf-nord.fr contact@fscf-hdf.fr Sites : https://hautsdefrance.fscf.asso.fr https://nord.fscf.asso.fr</p>
<p>Responsable de la C.R.G.F. : HANSENS Marie Odile : 58, rue Franklin Roosevelt - Résidence les Jardins D'Eléonor - Appt. D21- 59420 MOUVAUX - Tél.: 06.42.04.47.47</p> <p>Email : damod.hanssens@orange.fr</p>	