

# DEJEPS PERFECTIONNEMENT SPORTIF MENTION DISCIPLINES GYMNIQUES

## OPTION DISCIPLINES GYMNIQUES ACROBATIQUES

### SYNTHESE DU PROGRAMME DE FORMATION

UNITE CAPITALISABLE	COMPETENCES VISEES	CONTENUS DE FORMATION
UC 1 : CONCEVOIR UN PROJET D'ACTION		
<p><b>Participation à la conception de projets et à la direction d'une structure de disciplines gymniques :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Contribution à l'analyse des attentes des prescripteurs en prenant en compte les caractéristiques physiques, cognitives et psychiques des publics impliqués</li> <li>• Participation au temps de concertation avec les instances dirigeantes en adaptant les modalités de communication de l'information aux singularités de son interlocuteur pour favoriser l'intégration de tous</li> <li>• Proposition d'actions dans le cadre des objectifs de la structure de disciplines gymniques en lien avec les spécificités des publics encadrés</li> <li>• Élaboration et partage de programmes sportifs en disciplines gymniques adaptés aux caractéristiques et besoins de chacun</li> <li>• Anticipation des évolutions possibles du projet d'action en prenant en compte les caractéristiques singulières des différents publics notamment ceux en situation de handicap</li> </ul>	<p>Analyser les enjeux du contexte socioprofessionnel en tenant compte des particularités des publics impliqués</p> <p>Formaliser les éléments d'un projet d'action en lien avec les caractéristiques physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des publics impliqués</p> <p>Définir les moyens nécessaires à la mise en œuvre d'un projet d'action en prenant en compte les spécificités physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des publics impliqués</p>	<p>Méthodologie de projet : du diagnostic à l'évaluation</p> <p>Connaissance des différents publics</p> <p>Environnement de la pratique :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Politiques et compétences des acteurs institutionnels</li> <li>- Organisations et politiques des fédérations</li> </ul> <p>Les différentes sources de financement</p> <p>L'élaboration d'un budget</p> <p>Cadre réglementaire de la profession et de l'environnement de travail</p> <p>Le sport de haut niveau</p> <p>Les enjeux environnementaux de la pratique</p> <p>Les partenariats pour le développement / la performance</p>

UC2 : COORDONNER LA MISE EN OEUVRE D'UN PROJET D'ACTION

**Coordination d'une équipe bénévole et professionnelle au sein d'une structure de disciplines gymniques :**

- Organisation des collaborations entre professionnels et bénévoles en adaptant les modalités de communication, les objectifs, les moyens et outils aux particularités de chaque membre de l'équipe pour favoriser l'intégration de tous
- Gestion de la dynamique de groupe en incluant chaque membre au regard de ses caractéristiques et besoins particuliers
- Définition des choix techniques et stratégiques
- Conception de la communication adaptée aux caractéristiques singulières du public visé
- Représentation de la structure auprès des différents acteurs et partenaires

Animer une équipe de travail en favorisant la dimension collective et l'intégration de tous

Promouvoir les actions programmées en adaptant les modalités de communication aux singularités de son interlocuteur

Gérer la logistique des programmes d'action

Animer la démarche qualité

La construction, l'animation d'une équipe projet

Techniques de management

Stratégies et outils de communication

La construction de supports de communication

Les outils pour fédérer et de collaboration dans une équipe

La gestion d'un budget

Expression écrite et orale, conduite de réunions

Gestion des conflits et médiation

Les outils numériques

UC3 : CONDUIRE UNE DÉMARCHE DE PERFECTIONNEMENT SPORTIF EN DISCIPLINES GYMNIQUES

**Encadrement d'activités d'enseignement et d'entraînement de perfectionnement sportif en disciplines gymniques :**

- Proposition de programme de perfectionnement sportif dans le cadre des objectifs de la structure de disciplines gymniques adapté aux caractéristiques spécifiques des publics encadrés
- Définition des modes d'intervention à caractère technique adaptées au niveau de progression technique et aux caractéristiques spécifiques des pratiquants
- Proposition des démarches d'entraînement adaptés aux objectifs et aux caractéristiques spécifiques des compétiteurs

Conduire une démarche d'enseignement en disciplines gymniques en prenant en compte les particularités physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques de tous les pratiquants

Conduire une démarche d'entraînement en disciplines gymniques à partir des caractéristiques singulières adaptées aux objectifs de perfectionnement sportif des pratiquants

Conduire des actions de formation dans les disciplines gymniques en prenant en compte les singularités physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques des pratiquants

Les paramètres de la performance, les prérequis physiques et techniques, et les fondamentaux transversaux

Les différentes méthodes pédagogiques et les stades de l'apprentissage

Pédagogie et techniques des éléments (valeur B à D) aux 4 agrès :

- Elans, tours proches de la barre, grands tours, envols, rotations longitudinales et sortie aux barres asymétriques
- Eléments acrobatiques préparatoires, saltos, sauts gymniques, pivots à la poutre

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Encadrement des apprentissages techniques dans les disciplines gymniques en prenant en compte les caractéristiques spécifiques des pratiquants</li> <li>• Conduite des temps de perfectionnement dans les disciplines gymniques en lien avec les singularités des pratiquants</li> <li>• Analyse les potentiels et les limites des compétiteurs en lien avec leurs spécificités</li> <li>• Accompagnement des compétiteurs dans l'analyse de leur pratique en adaptant les démarches et outils pédagogiques à leurs caractéristiques spécifiques</li> <li>• Conception d'interventions dans le champ de la formation dans les disciplines gymniques à partir des singularités des stagiaires</li> <li>• Mise en œuvre de situations formatives dans les disciplines gymniques à partir des singularités des stagiaires</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Séries acrobatiques en avant et en arrière, vrilles, doubles rotations arrières, sauts gymniques et pivots au sol</li> <li>- 4 familles au saut de cheval : saut par renversement avant, par ½ et par renversement arrière</li> </ul> <p>Les outils d'optimisation de la performance (PP, PM,</p> <p>Les principes de planification technique et physique</p> <p>Les filières de formation des cadres et les outils au service des formateurs</p>
--	--	--

#### UC 4 : ENCADRER LES DISCIPLINES GYMNiques ACROBATIQUES EN SÉCURITÉ

<p><b>Encadrement des disciplines gymniques acrobatiques en assurant la sécurité des pratiquants, des tiers et de lui-même :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Encadrement des disciplines gymniques acrobatiques en assurant la sécurité des pratiquants et des tiers, et en préservant l'intégrité physique et psychique des pratiquants au regard de leurs singularités</li> <li>• Vérification de la conformité du matériel technique nécessaire à la réalisation des disciplines gymniques acrobatiques en prenant en compte les caractéristiques singulières des pratiquants</li> <li>• Vérification de la conformité des lieux de travail au regard des normes d'hygiène et de sécurité dans les disciplines gymniques acrobatiques</li> </ul>	<p>Réaliser en sécurité les démonstrations techniques dans les disciplines gymniques acrobatiques</p> <p>Adapter sa posture pédagogique et les démarches d'intervention afin que chaque sportif évolue en sécurité</p> <p>Réaliser les gestes professionnels nécessaires à la sécurité des pratiquants des disciplines gymniques acrobatiques en prenant en compte leurs caractéristiques singulières physiques, motrices, sensorielles, cognitives et psychiques</p> <p>Assurer la sécurité des pratiquants et des tiers dans les disciplines gymniques acrobatiques tout en impliquant les pratiquants dans la gestion de leur propre sécurité et de celle des tiers</p>	<p>Les gestes de 1ers secours</p> <p>Réglementation des ERP et normes du matériel gymniques</p> <p>Les accidents graves</p> <p>Les responsabilités des éducateurs sportifs et des dirigeants</p> <p>Les risques de blessures physiques et psychologies des gymnastes</p> <p>Les risques de TMS chez les entraîneurs</p> <p>La lutte contre les violences</p> <p>Les parades aux agrès</p> <p>L'utilisation des matériels spécifiques</p>
--	--	--