

**REGLEMENT**

**CONCOURS DEPARTEMENTAL POUSSINS**

**Le concours Poussins est partenaire de l’association docteur CLOWN**



**LES EPREUVES** :

* SAUT/BARRES/POUTRE/SOL : **programme Fédéral de la saison en cours**
* FORMATION PHYSIQUE : **programme Fédéral de la saison en cours,** les Poussins l’exécutent par équipe.
* Effectifs minimums pour la formation physique:
* **P1/P2/P3 : 14 gyms sur deux rangs**
* **P4/P5 : 6 gyms sur un rang**
* Exigences de Notations : cf annexe

**AGES des POUSSINS** admis à concourir : cf PF de la saison en cours

**LICENCES :** obligatoires validées pour la saison en cours**.**

**COMPOSITION DES EQUIPES :**

* **Un club ayant au minimum deux équipes doit faire concourir les six gymnastes ayant concouru à la Coupe Départementale de la saison en cours, dans son équipe catégorie A la plus élevée. Une vérification sera faite lors du contrôle des licences.**
* *Un Club peut présenter plusieurs équipes à condition que l’une d’elles soit présentée* ***en catégorie A.***
* ***Un club ne peut présenter qu’une seule équipe en catégorie B***
* ***Un club peut présenter 3 équipes au maximum.***

**JUGES :**

* **Il faut au minimum 1 Juge pour 6 poussins**

**Catégorie A: de 14 à 24 gyms**

Exemple : 11 gyms en sol 4ème/5ème degré et 7 en poutre : je dois me présenter en P1 et non en P2.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Maximum 4ème et 5ème degré |
| P1 | 24 |
| P2 | 9 |
| P3 | 5 |

**Catégorie B: de 6 à 13 gyms**

 Exemple : 7 gyms en sol 4ème/5ème degré et 2 en poutre : je dois me présenter en P4 et non en P5.

|  |  |
| --- | --- |
|  | Maximum 4ème et 5ème degré |
| P4 | 13 |
| P5 | 3 |

**CLASSEMENT :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **CATEGORIE** | **NOMBRES DE GYMNASTES** | **NOMBRE DE NOTES RETENUES** |
| P1/P2/P3 | 14 à 24 gymnastes | 14 |
| P4/P5 | 6 à 13 gymnastes | 6 |



**Notation Formation Physique**

* + Ne pas pénaliser une gymnaste qui inverserait un mouvement, à condition de respecter la terminologie

 (Ex: lever jambe gauche au lieu de jambe droite)

* + Possibilité de ne présenter que le minimum de gyms imposés dans chaque catégorie
	+ Formations :
	+ **A** : 14 Gyms (sur 2 rangs)
	+ **B**: 6 Gyms (sur 1 rang)

|  |  |
| --- | --- |
| **ELEMENTS DE NOTATION** | **PENALITES** |
| **Rythme** | Sur 4 | Faute de RYTHME durant le mouvement Chq fois | 0,10 |
| Finir avant la musique 1 gym seule  | 0,10 |
| Finir avant la musique toute l’équipe (3 gyms et +)  | 0,30 |
| Finir après la musique 1 gym seule | 0,10 |
| Finir après la musique toute l’équipe (3 gyms et +) | 0,30 |
| **Exécution d'ensemble** | Sur 4 | Manque de synchronisation des GYMS entre elles Chq fois | 0,10 |
| Monitrice donnant une indication | 0,30 |
| Monitrice exécutant le mouvement | 0,30 |
| **Exécution individuelle**Correction du mouvementRespect de la terminologie | Sur 10 | Fautes de plan Chq fois | 0,10 |
| Fautes de tenue (jbes, pieds, bras, tronc, tête...) :  |  |
|  - Petites | 0,10 |
|  - Moyennes | 0,30 |
| Regard sur voisine Chq fois | 0,10 |
|  Durant tout le mouvement | 0,30 |
| Déséquilibre : - Léger | 0,10 |
|  - plus important | 0,30 |
| Flexion / extension trop sèche | 0,10 |
| **Tenue Vestimentaire** | Sur 2 | A évaluer |  |
| **TOTAL** | Sur 20 |  |  |

**AMENAGEMENT DU PROGRAMME FEDERAL – saison 2022-2023**

* En table de saut :
	+ 3eme degré poussin : matériel autorisé
		- Caisse + trampoline
		- Tremplin + trampoline
		- Trampo-tremp
		- Double tremplin
* A tous les degrés de la table de saut : il est autorisé de mettre un tremplin simple devant le double tremplin.
* Pour le 1er, 2ème et 3ème degré : une seule caisse est autorisée.