



UNSS MAYOTTE GYMNASTIQUE

2023 – 2024

COMPETITION GYMNASTIQUE AU SOL.

Format proposé fortement inspiré du code UNSS gymnastique national, avec quelques modifications pour s'adapter au contexte local.

- MODALITES D'ENGAGEMENT

BENJAMIN(E)S :

- Equipe de 4 à 6 gymnastes. Les 4 meilleures notes seront prises en compte.
Mixité autorisée mais non obligatoire (pour permettre au maximum de participer. On part sur le principe qu'une équipe de 6 filles a autant de chance de gagner qu'une équipe de 6 garçons) avec le CODE DE POINTAGE MAYOTTE.

- On ne fait pas de différences entre les exigences filles et les exigences garçons (cf doc annexe).

- 2 équipes de 6 gymnastes par collège selon le district
- 2 ou 3 meilleures équipes par district qualifiées pour les championnats académique.

MINIMES :

- Compétition par équipe. Une seule catégorie mixte.
- Même format que les Benjamins

- CONTENU DE L'ENCHAINEMENT :

NOTE D : 10 pts

DIFFICULTES : 6 points

Présentation d'un enchaînement au sol de 6 éléments minimum, il n'y a pas de limite d'élément dans l'enchaînement mais les fautes techniques et esthétiques seront comptabilisées.

A : 0,40 pts B : 0,6pts C : 0,8pts D : 1,0pts Éléments spécial : 1,4pts (voir code)

EXIGENCES DE COMPOSITION (familles) : 4 points

4 familles possibles :

- ATR
- Souplesse/maintien/appui
- Liaison gymnique de 2 éléments enchainés (**sans arrêt ni pas intermédiaire**) dont 1 saut. (cette famille nécessite donc 2 éléments pour être validée).
- 2 acrobaties de sens différents (av, arr, lat)

1 point par famille

L'enchaînement se fera sur un espace carré (type tatami de judo – dimension à préciser en fonction des espaces de chacun).

L'espace doit être utilisé dans son ensemble (**une ligne médiane et une diagonale sont demandées**).
Musique non obligatoire (on ne prendra pas en compte les pénalités du code liées à la musique).

Note : Les éléments d'une famille ne doivent pas forcément faire partie des 6 meilleurs de l'enchaînement mais doivent être présents pour valider l'exigence.

- **JUGEMENT**

Basé sur le code UNSS national.

NOTE E : 10 points

EXECUTION : cf code UNSS national

- 0,10 petite faute
- 0,30 faute moyenne
- 0,50 faute grossière
- Chute : - 1 point

Il existe des fautes spécifiques à chaque élément, voir code de pointage UNSS

Élément manquant (moins de 6) : -2 points sur la note finale.

NOTE FINALE = NOTE D + NOTE E

RAPPEL GYMNASTIQUE SCOLAIRE UNSS : « Simple mais correct vaut mieux que difficile mais incorrect ».

Formation JO : Objectif d'avoir 4 JO par établissement pour la compétition académique.