

**GUIDE DE LECTURE**  
**VAE BEES1**  
**TRAMPOLINE**

## CONSIGNES DE LECTURE

Ce tableau comporte de gauche à droite 4 colonnes:

- Colonne activités:** il s'agit des activités professionnelles de référence que l'animateur concerné réalise, et pour lesquelles il développe des compétences certifiées par la réussite à l'épreuve concernée. Pour la clarté de l'élaboration, les activités s'énoncent à l'aide d'un verbe d'action et de compléments.  
Exemple : « initier au trampoline tous publics ».
- Colonne tâches:** les tâches sont des sous- éléments concrets de l'activité professionnelle.  
Exemple: Pour l'activité « initier au trampoline tous publics », une des tâches : « s'informer sur les publics et leurs caractéristiques ».
- Colonne compétences:** les compétences citées ici sont celles qui sont actées par l'épreuve concernée. En conséquence, la validation de l'épreuve implique que le candidat doit être capable de les réaliser de manière permanente au niveau décrit.
- Colonne observations / commentaires:** elle indique pour mémoire des références pouvant être utiles au jury ou des précisions quant aux compétences attendues du professionnel.

## EPREUVE GENERALE

| ACTIVITES  | TACHES   | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS  |
|--|--|--|---|
| ANIMER ET INITIATIER<br>AU TRAMPOLINE<br>TOUS LES PUBLICS. | Identifier les pratiquants et leurs caractéristiques.              | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Identifier les caractéristiques des publics en fonction de l'âge (2 à 6 ans, enfants, adolescents, adultes, senior).</li> <li>- Identifier les caractéristiques des publics en fonction du milieu social.</li> <li>- Identifier les caractéristiques des publics handicapés, issus des quartier difficiles etc.</li> <li>- Différencier les publics en fonction de leur attentes.</li> <li>- Orienter les différents publics vers des pratiques adaptées à leurs attentes.</li> </ul> |   |
|  | Décrire et analyser les éléments de base de l'activité trampoline. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Décrire techniquement les éléments de base au trampoline.</li> <li>- Analyser techniquement et mécaniquement les éléments de base qui régissent l'activité.</li> <li>- Maîtriser les techniques de base au trampoline.</li> </ul>   | <p><i>Se référer aux niveaux de pratique n°1 et n°2 en trampoline : document joint en annexe 1.</i></p> |

| ACTIVITES  | TACHES   | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|--|--|--|--|
| <p>PERFECTIONNER ET<br/>ENTRAINER DES<br/>JEUNES<br/>COMPETITEURS<br/>des catégories suivantes<br/>dans les filières nationales<br/>"A et "B"</p> <p><i>gymnastes des catégories<br/>suivantes:</i></p> <p><i>Nationale « A » avenir</i><br/><i>Nationale « A » espoir</i><br/><i>Nationale « B » benjamin</i><br/><i>Nationale « B » minime</i><br/><i>Nationale « B » espoir</i></p> | <p>Enseigner la technique au<br/>trampoline.</p>                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Décrire les éléments techniques des niveaux supérieurs (jusqu'à 12,5 points de difficulté).</li> <li>- Proposer une progression sûre et appropriée à l'apprentissage.</li> <li>- Construire des exercices libres en respect de l'évolution vers le haut niveau et des différentes sélections aux compétitions.</li> </ul> | <p><i>Se référer aux niveaux de<br/>pratique n°3, n°4 et n°5 en<br/>trampoline : document joint<br/>en annexe.</i><br/><i>Entraînement de gymnastes<br/>des catégories ci-après.</i></p> |
|  | <p>Gérer des programmes<br/>d'entraînement.</p>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Concevoir une planification de l'entraînement sur une saison.</li> <li>- Organiser une planification de l'entraînement sur une saison.</li> <li>- Concevoir une programmation de l'entraînement sur la saison</li> <li>- Gérer le temps et l'espace.</li> </ul>   | <p><i>Présentation d'une<br/>planification et<br/>programmation d'individus<br/>sur une année de référence.</i></p>  |
|  | <p>Appliquer les différents<br/>programmes et règlements<br/>fédéraux.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Appliquer les règlements et programmes techniques nationaux.</li> <li>- Identifier les différentes filières, catégories, étapes de sélection mis en place par la FFG.</li> <li>- Approprier les aspects réglementaires de la discipline par les pratiquants.</li> </ul>   | <p><i>Le candidat peut faire<br/>référence aux différentes<br/>brochure techniques de la<br/>F.F.G.</i></p>  |

| ACTIVITES  | TACHES   | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'ÉPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|--|--|--|--|
| <p>PREPARER DES<br/>COMPÉTITEURS<br/>des catégories espoir, junior<br/>et senior des filières<br/>nationale « A » et « B », en<br/>vue d'être qualifiés aux<br/>compétitions de niveau<br/>national.</p> <p><i>Championnats inter-<br/>régionaux,<br/>1/2 finales des<br/>Championnats de France,<br/>Coupe Nationale,<br/>Championnat de France<br/>« B »,<br/>Championnat de France «<br/>A ».</i></p> | <p>Développer les facteurs<br/>contribuant à la performance.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Evaluer son action avant les échéances importantes (tests, grilles, etc.).</li> <li>- Accompagner des compétiteurs jusqu'à l'objectif final : compétitions, tests de sélection.</li> <li>- Proposer des processus de préparation mentale : rituel, relaxation, stimulation, sophrologie, imagerie, visualisation, répétition mentale, etc.</li> <li>- Identifier les facteurs d'amélioration des qualités physiques : base du renforcement musculaire, de l'assouplissement, etc.</li> <li>- Construire des exercices libres en tenant compte des capacités physique et morphologique du gymnaste.</li> </ul> | <p><i>Prise en compte par le<br/>candidat des facteurs de<br/>performance dans son<br/>action d'entraînement à la<br/>compétition.</i></p> |

|  |   |   |  |
|--|---|---|--|
|  | <p>Définir les objectifs de la saison avec chaque gymnaste.</p>   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arrêter un calendrier d'actions avec le club (compétition, stages, tests de sélection, etc.).</li> <li>- Concevoir une programmation individualisée de l'entraînement en tenant compte des objectifs de compétition, de stage etc.</li> <li>- Tenir compte de l'intégrité physique du gymnaste dans la programmation des exercices.</li> <li>- Concevoir l'entraînement en tenant compte des objectifs nationaux et internationaux.</li> </ul> | <p><i>Le candidat donne des exemples de planification annuelle individualisée.</i></p> |
|  | <p>Préparer les compétiteurs aux sélections et qualifications de niveau national et/ou international.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expliciter les procédures de sélection, les règlements et programmes techniques nationaux et internationaux.</li> <li>- Respecter les différents règlements médicaux (certificats de performances, dossiers médicaux, licences, dopage).</li> </ul>  | <p><i>Sélection de gymnastes dans les compétitions de niveau national</i></p>          |

| ACTIVITES   | TACHES  | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|---|---|--|--|
| <p>DEVELOPPER<br/>L'ACTIVITE<br/>TRAMPOLINE ET<br/>ANIMER LE CLUB ET<br/>SES ACTIVITES.</p> | <p>Organiser des compétitions<br/>ou autres événements<br/>officiels de la FFG.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Initier les démarches relatives à l'obtention d'une compétition officielle de la FFG (la Commune, le Comité Départemental, le Comité Régional, etc. ).</li> <li>- Elaborer un dossier de compétition complet pour les clubs, comités, fédération...</li> <li>- Monter un dossier de presse pour soutenir le projet auprès des institutions (subventions, sponsoring, etc.).</li> <li>- Planifier le déroulement de la compétition (différents postes, informatique, plateau, matériel, Remise des récompenses, secrétariat etc...).</li> <li>- Respecter les règlements des brochures techniques fédérales dans les différentes filières de compétitions.</li> <li>- Respecter le cahier des charges fédéral, respect des règles de sécurité (conformité des installations sportives, d'un service médical d'urgence, téléphone et numéros d'urgences, etc.) et des assurances à souscrire.</li> <li>- Impliquer des pratiquants, cadres et bénévoles dans un projet de compétition.</li> </ul> | <p><i>Organisation de<br/>compétitions officielles de la<br/>FFG, de manifestations<br/>festives, de rencontres<br/>amicales, tournées<br/>internationales</i></p> |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | <p>Promouvoir la discipline et développer le club au travers de spectacles, démonstrations, d'événements originaux.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Organiser des animations et démonstrations dans les écoles (fêtes de fin d'année, kermesses).</li> <li>- Participer activement aux grands RDV de la ville (forums des associations, nuits des sports, service des sports municipales, fête communale etc.).</li> <li>- Démarcher des démonstrations, animations, initiations auprès d'éventuels sponsors.</li> </ul>   | <p><i>Nombre d'événements qui ont été organisés par le candidats.</i></p> <p><i>Implication du club, et du candidat au sein de sa municipalité.</i></p>   |
|  | <p>Participer au fonctionnement de la structure.</p>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- S'impliquer dans la vie générale du club (stages, diverses fêtes, etc.).</li> <li>- Participer activement aux réunions techniques de la structure.</li> <li>- Effectuer des démarches simples auprès des partenaires institutionnels (mairies ...).</li> <li>- Identifier les besoins en matériel du club (réparation, renouvellement, acquisition de nouveau matériel, établissement des devis, etc.).</li> </ul> | <p><i>Quels types d'actions le candidat a-t-il mené ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Stage d'entraînement</i></li> <li>- <i>Regroupements</i></li> <li>- <i>Compétitions</i></li> <li>- <i>Démonstrations festives</i></li> <li>- <i>Section de loisir.</i></li> </ul> |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
|  | Participer à la gestion administrative du club. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Participer aux réunions administratives de la structure (réunion de bureau, assemblée générale, groupe de travail, etc.).</li> <li>- Tenir à jour un fichier de pratiquants (Téléphone, adresses, parents, médecins, présences, déclaration d'accident, etc.).</li> <li>- Informer et aider les parents ou pratiquants lors des inscriptions.</li> <li>- Informer les pratiquants de tous les actions en prévision (stages, compétitions, démonstrations, etc.).</li> </ul> | <p><i>Implication du candidat au sein de sa structure. A-t-il été membre du bureau ou du conseil administratif d'un club ?</i></p> |
|--|---|--|--|

## EPREUVE PEDAGOGIQUE

| ACTIVITES  | TACHES                              | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS  |
|--|-------------------------------------|--|---|
| ANIMER ET<br>INITIATIER AU<br>TRAMPOLINE DE<br>TOUS LES PUBLICS. | Conduire une action<br>d'animation. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Accueillir, gérer et maîtriser un groupe de pratiquant débutant.</li> <li>- Se placer et se rendre disponible par rapport au groupe.</li> <li>- Avoir une attitude dynamique et positive.</li> <li>- Adopter une élocution claire et placer sa voix.</li> <li>- Avoir une tenue adaptée à l'activité.</li> <li>- Gérer le temps imparti.</li> <li>- Gérer les différentes formes de travail (face au groupe, travail par atelier, etc.).</li> </ul> | <p><i>Le candidat a-t-il une expérience de terrain reconnu ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Volume horaire</i></li> <li>- <i>Combien de groupes</i></li> <li>- <i>Quel niveau</i></li> </ul> |

|  |  |   |   |
|--|--|---|---|
|  | Mettre en place d'une progression d'apprentissage. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proposer des situations pédagogiques ludiques visant à faire progresser les pratiquants.</li> <li>- Utiliser du matériel adapté à l'âge et le niveau du public.</li> <li>- Appliquer les règles de sécurité (matériels, consignes individuelles et collectives).</li> <li>- Développer l'autonomie des pratiquants en matière de sécurité.</li> <li>- Situer la place de la séance dans un cycle.</li> <li>- Impliquer des pratiquants, cadres ou bénévoles dans un projet d'animation.</li> </ul> | <p><i>Le candidat a-t-il eu recours à plusieurs méthodes d'apprentissage ?</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- « Part-method »</li> <li>- Longe</li> <li>- Fosse de réception</li> <li>- Milieu aménagé</li> </ul> |
|  | Assurer la sécurité des pratiquants.               | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Maîtriser les techniques d'aides et de parades</li> <li>- Assurer la sécurité passive des pratiquants (utilisation de tapis, ceinture etc.)</li> <li>- Manipuler les pratiquants sur les éléments de base (Assis, ventre, dos, roulade, salto avant, arrière, barani, double rotations etc.)</li> <li>- Appliquer les premiers gestes de secourisme en cas d'accident</li> </ul>   | <p><i>Le candidats peut faire référence aux normes de matériel et règles de sécurité édictées par la FFG.</i></p>   |

| ACTIVITES  | TACHES   | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE  | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS  |
|--|--|--|---|
| <p>PERFECTIONNER ET<br/>ENTRAINER DES<br/>JEUNES<br/>COMPETITEURS<br/>des catégories suivantes<br/>dans les filières nationales<br/>"A" et "B".</p> <p><i>National « A » avenir</i><br/><i>National « A » espoir</i><br/><i>Nationale « B » benjamin</i><br/><i>Nationale « B » minime</i><br/><i>Nationale « B » espoir</i></p> | <p>Développer les facteurs<br/>contribuant à la<br/>performance.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Proposer des consignes et points de repères visant à protéger l'intégrité anatomique et physiologique des pratiquants.</li> <li>- Elaborer des programmes de préparation physique générale : souplesse, coordination, renforcement musculaire, etc.</li> <li>- Mettre en oeuvre des programmes de préparation physique générale : souplesse, coordination, renforcement musculaire, etc.</li> <li>- Construire des programmes de préparation physique spécifique : travail sur toile, séries longues, progressives, etc.</li> <li>- Animer des programmes de préparation physique spécifique : travail sur toile, séries longues, progressives, etc.</li> </ul> | <p><i>Le candidat met-il en avant<br/>un programme de PPG et<br/>PPS pour un groupe de<br/>compétiteur donné.</i></p> |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
|  | <p>Evaluer et proposer de situation de remédiation.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Elaborer des grilles d'observation et d'évaluation.</li> <li>- Utiliser des grilles d'observation et d'évaluation.</li> <li>- Justifier les choix d'exercices en fonctions des objectifs.</li> <li>- Vérifier la réalisation des objectifs de séance.</li> <li>- Evaluer les progrès des compétiteurs : tests, vidéo etc.</li> <li>- Elaborer des situations de remédiation.</li> <li>- Mettre en oeuvre des situations de remédiation.</li> <li>- Motiver un groupe sur des objectifs précis.</li> </ul> | <p><i>Quelle évaluation le candidat fait-il référence au cour de son expérience ?</i></p> |
|--|---|--|---|

| ACTIVITES  | TACHES   | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE   | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|--|--|---|--|
| <p>PREPARER DES COMPETITEURS des catégories espoir, junior et senior des filières nationale « A » et « B » en vue d'être qualifiés aux compétitions de niveau national.</p> <p><i>Championnats inter-régionaux,<br/>1/2 finales Championnats de France,<br/>Coupe Nationale,<br/>Championnat de France « B »<br/>Championnat de France « A »</i></p> | <p>Gérer un groupe de gymnastes lors de compétition.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prévoir la logistique du déplacement à la compétition (Transport, hébergement, inscription, repas).</li> <li>- Manager une équipe avant, pendant et après la compétition (dossier, feuille de compétition, horaires de passage, échauffements, choix tactiques, conseils techniques, repos, récupération etc.</li> <li>- Analyser les résultats obtenus et proposer des situation de remédiation.</li> <li>- Développer l'autonomie des gymnastes en compétition.</li> </ul> | <p><b>Manager des gymnastes dans les compétitions de niveau national</b></p> |

## EPREUVE TECHNIQUE

| ACTIVITES  | TACHES  | COMPETENCES « METIERS » VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE   | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|--|---|---|--|
| ANIMER ET INITIER<br>AU TRAMPOLINE DE<br>TOUS LES PUBLICS              | Mettre en place une<br>progression<br>d'apprentissage.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Expliquer simplement les techniques de base auprès d'un public débutant.</li> <li>- Démontrer les exercices.</li> </ul>  | <p><i>Avoir pratiquer le trampoline en club</i><br/><i>Avoir participer aux compétitions de la FFG (résultats officiels de compétition).</i></p> |
| JUGER ET ARBITRER<br>DES COMPETITIONS<br>DE NIVEAU INTER-<br>REGIONAL. | Juger l'exécution ou la<br>difficulté lors de<br>compétitions régionales,<br>inter régionales ou<br>nationales. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Repérer les fautes liées à la tenue du corps, la stabilité et l'amplitude d'un exercice (code de pointage de la F.I.G. 2001 - 2004 et brochure générale FFG).</li> <li>- Calculer la difficulté d'un exercice.</li> <li>- Valider la difficulté d'un exercice jusqu'à 12,5 points de difficulté en compétition (Règlement international F.I.G.).</li> <li>- Utiliser les différentes terminologies (Anglaise et numérique).</li> </ul> | <p><i>Etre titulaire du diplôme de juge Niveau 3 (ayant passé le recyclage).</i></p>   |

|  |   |   |   |
|--|---|---|---|
|  | Arbitrer des compétitions régionales, inter régionales ou nationales. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gérer le jury pendant toute la durée d'une compétition (composition, réunion, orientation générale, consignes etc.).</li> <li>- Gérer le déroulement de la compétition (informatique, nb. de séries, les échauffements, les retards, l'affichage des notes) ;</li> <li>- Maintenir le jury sur toute la durée des épreuves (régularité, écarts, sanctions etc.).</li> <li>- Délibérer en cas de désaccord (jury d'appel).</li> </ul> | <i>Avoir jugé sur des compétitions officielles de la FFG.</i>         |
|  | Etre à jour des règlements FFG (code de pointage).                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Garantir de la mise à jour de son carnet de juge FFG (validation du recyclage, compétitions notées et validées).</li> </ul>  | <i>Participer aux différents regroupement régionaux de recyclage.</i> |

| ACTIVITES                | TACHES  | COMPETENCES VALIDEES<br>PAR L'EPREUVE   | COMMENTAIRES /<br>OBSERVATIONS   |
|--------------------------|---|---|--|
| FORMER ET<br>CONSEILLER. | Participer aux actions de formation de l'équipe technique départementale ou régionale.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Enseigner les bases de la technique au trampoline à un niveau initiateur et moniteur fédéral.</li> <li>- Organiser des regroupements départementaux et régionaux au sein de sa structure.</li> <li>- Conduire des regroupements départementaux et régionaux au sein de sa structure.</li> <li>- Intervenir pédagogiquement en communiquant clairement (orale, gestuel etc.).</li> <li>- Utiliser les technologies audiovisuelles et de l'information.</li> <li>- Se situer dans l'environnement sportif français.</li> <li>- Se situer dans l'environnement fédéral de la FFG (club comités, fédération, DDJS, DRJS, OMS, CG, CR, CDOS, CROS etc.).</li> </ul> | <p><i>Implication dans la formation fédérale au niveau départemental ou régional pour les cadres et/ou les juges.</i></p> <p><i>Initiateur fédéral<br/>Moniteur fédéral<br/>Entraîneur fédéral<br/>Juge niveau 1<br/>Juge niveau 2</i></p> |
|                          | Réaliser le suivi pédagogique (tutorat) en club des initiateurs, moniteurs et entraîneurs engagés dans la formation fédérale FFG. | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Conseiller des jeunes cadres ou bénévoles sur certaines actions pédagogiques (conduite d'échauffement, leçons en petit groupe, les fondamentaux, etc.).</li> <li>- Impliquer des pratiquants, jeunes cadres ou bénévoles dans l'animation pédagogique du club.</li> </ul>  | <p><i>Expérience d'encadrement au sein de son club.</i></p>  |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  | Sensibiliser des Jeunes cadres ou bénévoles au jugement en trampoline. | <ul style="list-style-type: none"><li>- Enseigner le code de pointage trampoline de la FIG et les divers règlements techniques FFG lors de sessions de formation régionales des juge 1 et 2 ou recyclage.</li><li>- Initier et des jeunes cadres ou bénévoles au jugement de la discipline au sein du club, en compétition.</li></ul> |  |
|--|--|---|--|