

# **Guide du Juge débutant BARRES**

**Bonjour  
Bienvenue pour une nouvelle  
année gymnique**



**2020-2021**

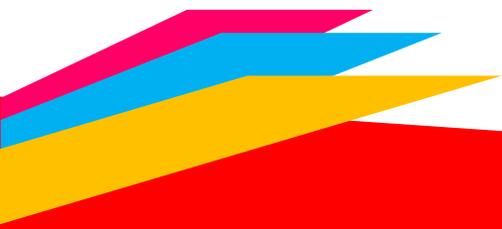
**Attention !**

## Objectif de la notation

- Ce n'est pas enlever des points à tout prix

MAIS

- C'est donner une Valeur à un exercice



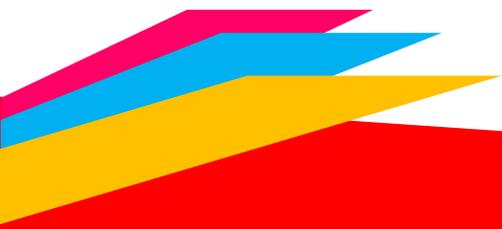
# Le Juge

- ❑ *L'objectif de chaque juge est de **valoriser** les mouvements présentés par la gymnaste en fonction de **critères techniques** précis.*

Chaque membre du jury doit :

- *Juger avec exactitude et impartialité les exercices présentés*
- *Poser **SA** note et valider avec son partenaire*

***Dans la mesure du possible, chaque juge débutant est accompagné par un juge confirmé lors des premières compétitions***



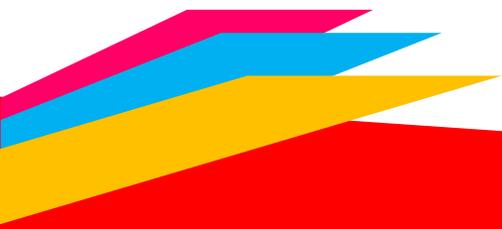
# Le Jugement

**Le jugement est une évaluation (valorisation du travail exécuté)**

❖ **Ce que vous aurez à évaluer :**

*La réalisation ou l'exécution d'un exercice en conformité avec le texte et respectant les exigences techniques*

- ❑ En Barres Asymétriques, les exercices sont composés de difficultés ayant une valeur donnée.



- Barres :

Placement de profil, dans l'axe des barres



Juges

# Positions ou attitudes courantes

- Les positions ou placements:

✓ Appui facial Barres asymétriques,



# Positions ou attitudes courantes

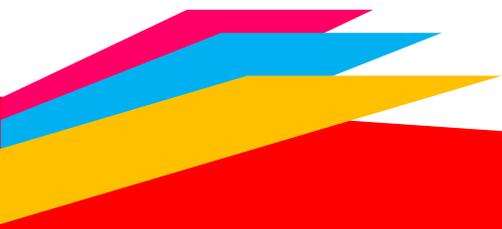
- Les positions ou placements:
  - ✓ Suspension en Barres asymétriques,



# Les fautes

- ❑ Les fautes sont réparties en 2 catégories,  
**Elles sont toutes « NET »**

<b>Fautes générales</b>	Se référer au tableau des fautes générales
<b>Fautes liées aux exigences techniques</b>	Propres à chaque élément, agrès et degré



# Valeur des fautes générales

- Les fautes générales ont des valeurs différentes selon leur importance

Petites Fautes	0,10 point
Fautes Moyennes	0,30 point
Grosses Fautes	0,50 point
Très grosses Fautes	0,80 point et plus

# Fautes générales

## ✓ Jambes fléchie(s)



Pénalisation de 0,10 Pt



Pénalisation de 0,30 Pt



Pénalisation de 0,50 Pt

# Fautes générales

## ✓ Bras fléchi(s)



Pénalisation de 0,10 Pt



Pénalisation de 0,30 Pt



Pénalisation de 0,50 Pt

# Se référer au Tableau des fautes générales

## Fautes d'exécution :

- Flexion bras, jambes : 0,1, 0,3 ou 0,50
- Ecartement jambes, genoux
- Hauteur des éléments
- Précision dans les positions du corps
- Dynamisme
- Amplitude

## Fautes de réception :

- Déviation de l'axe
- Jambes écartées
- Ouverture du corps
- Mouvements pour maintenir l'équilibre : maximum **0.80 points**

• **Manque de précision dans la position groupée ou carpée.**

Position groupée idéale  
angle du bassin  $<90^\circ$  et angle des genoux  $<90^\circ$



Angle du bassin  $90^\circ - 0.10$



Angle du bassin  $>90^\circ - 0.30$



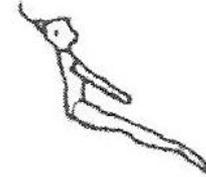
Position carpée idéale  
angle du bassin  $<90^\circ$



Angle du bassin  $90^\circ - 0.10$



Angle du bassin  $>90^\circ - 0.30$



• **Alignement du corps**

Bonnes positions



Tendu

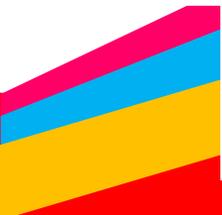


Gainé



légèrement cambré

Carpé



# Reconnaissance des éléments



## Éléments Tentés - Eléments Reconnus

Perdre 3 points sur la note E pour éléments non tentés doit être exceptionnel ! Voici quelques repères en Sol :

	Eléments		Poussins	Tentés : <i>Ce que l'on doit voir au minimum pour ne pas avoir 3 pts de pénalités sur note E</i>	Reconnus : <i>Ce que l'on doit voir pour conserver la VD en note D</i>
ACROS	Roulade AV		1 <sup>er</sup> 2 <sup>ème</sup>	Rotation AV commencée ou pose de la tête	Rotation terminée (relevé amorcé)
	Roulade AR	arrivée accroupie	2 <sup>ème</sup>	Rotation AR commencée (bassin soulevé)	Rotation terminée quelle que soit la position d'arrivée
		arrivée jambes tendues	1 <sup>er</sup> 3 <sup>ème</sup>	Rotation AR commencée	Rotation terminée arrivée sur les pieds
		à l'ATR	4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	Roulade AR complète avec passage chandelle visible	Roulade AR à l'ATR avec angles (voir fautes générales)
	Salto AV groupé		5 <sup>ème</sup>	Rotation AV (même si fesses d'abord)	Arrivée sur les pieds d'abord
	Salto AR groupé		5 <sup>ème</sup>	Rotation AR faite (même si fesses d'abord)	Arrivée sur les pieds d'abord
	Flip	précédé de la rondade	4 <sup>ème</sup>	Renversement AR terminé avec passage sur les mains	Arrivée sur les pieds d'abord
	Double flip	précédé de la rondade	5 <sup>ème</sup>	Le 2 <sup>ème</sup> Renversement AR terminé avec passage sur les mains	1er flip réalisé et 2ème flip arrivé sur les pieds d'abord
	Roue		2 <sup>ème</sup> 3 <sup>ème</sup>	Pose des mains et jambes décollées vers le haut	Pose des mains retour face au départ
	Rondade		3 <sup>ème</sup>	Pose des mains et retour face au départ	Pose des mains et retour face au départ jambes serrées
	Saut de mains		4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	Renversement amorcé	Renversement arrivé sur les pieds d'abord
Souplesse Arrière		5 <sup>ème</sup>	Renversement AR engagé avec pose des mains	Renversement AR réalisé	
Placement de dos	appui mains et pieds	1 <sup>er</sup> 2 <sup>ème</sup>	Début d'élévation du bassin	Élévation du bassin	
ATR	1 jbe à la verticale		2 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol	Voir angles dans fautes générales
	2 jambes	simple	3 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol	Voir angles dans fautes générales
		1/2 tour 1 tour	4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	ATR exigé ATR 1/4 de tour minimum	Passage à l'ATR + 1/4 tour minimum Passage à l'ATR + 3/4 tour minimum
SAUTS	Vertical	simple	1 <sup>er</sup>	Les 2 pieds quittent le sol	Les 2 pieds quittent le sol
		écart	3 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol écart des jbes amorcé	Ecart des jambes visible >60°
		1/2 tour	2 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol - rotation engagée	Plus de 1/4 de tour visible
		1 tour	4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol - rotation 1/2 tour minimum	3/4 de tour minimum visible
	En progression		1 <sup>er</sup> 2 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol	Déplacement visible
Sissonne		3 <sup>ème</sup> 4 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol + écart amorcé	Arrivée sur 1 pied + écart > 60°	
Grand jeté	simple	4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	Les 2 pieds quittent le sol appel 1 pied	Réception sur 1 pied + écart > 90°	
	changement de jambe	5 <sup>ème</sup>	Appel 1 pied et réception même jbe avec mouvement de jbe libre	Ecart de jbes après changement de jbe visible avant réception et > 90°	
PIVOTS	Sur 1 jambe	1/2 plané	3 <sup>ème</sup>	Rotation amorcée	Rotation 1/4 de tour minimum sur 1 jambe
		1 tour	4 <sup>ème</sup> 5 <sup>ème</sup>	Rotation sur une jbe 1/2 tour minimum	Rotation 3/4 de tour minimum sur 1 jambe
	Sur 2 jambes	1/2 tour	1 <sup>er</sup> 2 <sup>ème</sup>	Rotation amorcée	Rotation 1/4 de tour minimum sur 2 jambes

## ELEMENTS de la formation « DEBUTANT »

### \*Appui actif /Suspension active :

→ Equerre, Couronné, Elan AR, Pose de pieds, Déplacements, Courbe AV/AR

### \*Rotations :

→ Rotation avant, Renversement ARR, Tour facial AR

### \*Balancés et Elans:

→ Balancés BI et BS, Bascules BI et BS, Tour facial ARR libre, Filé, Elans ARR

### \*Sorties :

→ Filée et ECHAPPE groupée/tendue

**+ Ecriture symbolique**



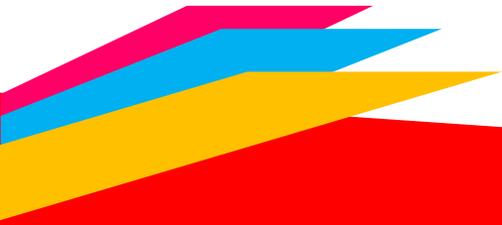
## POURQUOI ?

Pour évaluer un exercice, le juge doit enregistrer le travail de la gymnaste.

Il doit noter, **sans quitter La gymnaste des yeux.**

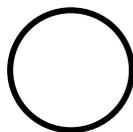
L'écriture symbolique est un système de notation qui permet aux juges de développer l'habileté à noter avec **rapidité, efficacité et précision** tous les éléments exécutés par la gymnaste.

Utilisation de traits pour noter ce que le juge observe afin de représenter schématiquement les diverses actions et positions de corps requises pour l'exécution des différents éléments.



## TOURS PROCHES DE BARRE

Tour d'appui

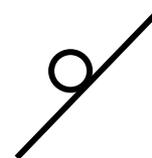


Tour facial ARR libre



## ÉLANS EN ARRIERE

Prise Elan simple



## BASCULES

Bascule BI



Bascule BS



## SORTIES

Echappe groupée



Echappe tendue



## BALANCES

AVANT

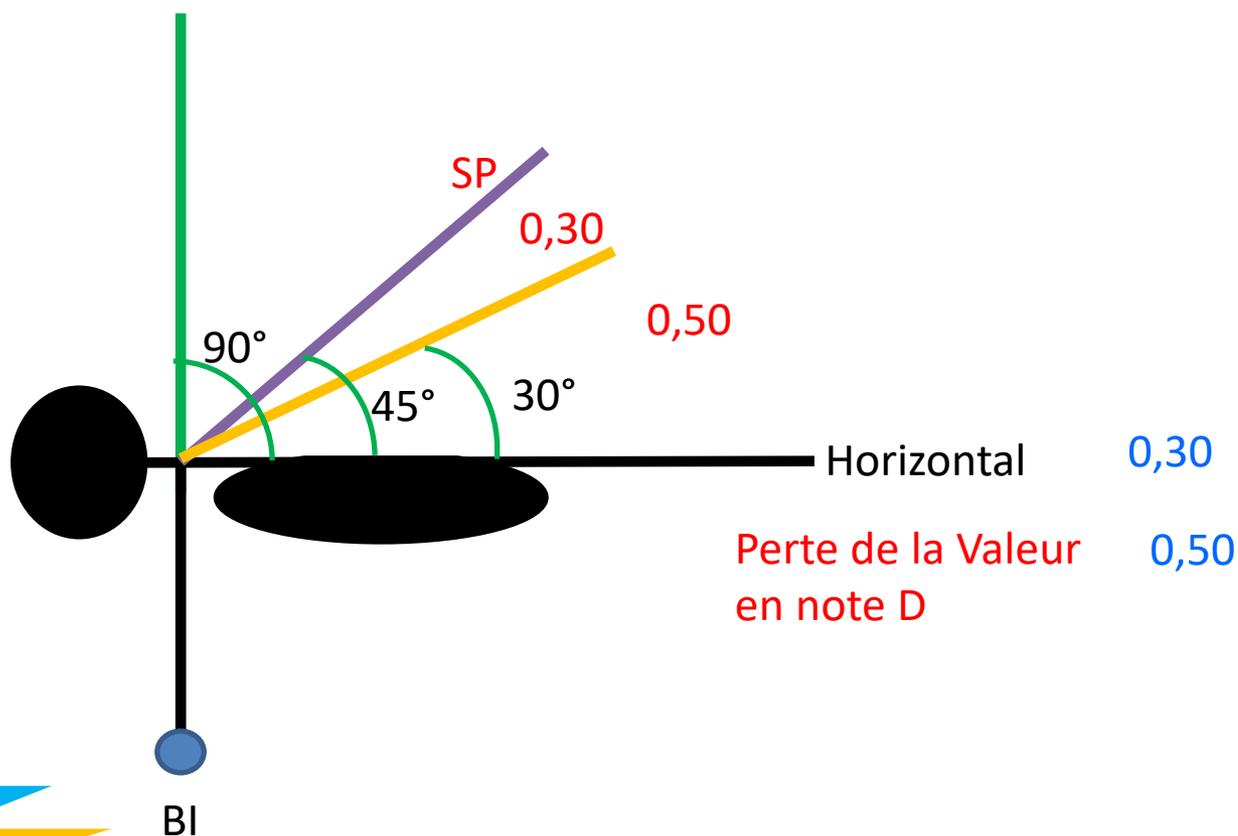


ARRIERE



# APPUI LIBRE

4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> : hauteur à pénaliser : angle « épaules-bassin-pieds »



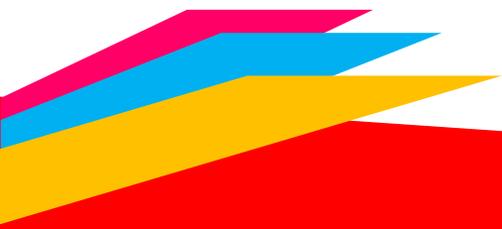
# Définitions

□ L'élément est **tenté** :

- La gymnaste réalise une partie de la difficulté (voir spécificité à chaque agrès)

□ L'élément est **reconnu** :

- La gymnaste réalise la difficulté avec les caractéristiques techniques exigées



# CONCLUSION

- La cotation fait appel au bon sens
- Juger : ce n'est pas enlever des points mais c'est attribuer une valeur à un mouvement
- Attribuer une valeur n'est pas chose facile : le plus important c'est d'avoir une cotation « linéaire » et non en « dent de scie »

