



GYM LOISIR

CONSEILS TECHNIQUES ET PEDAGOGIQUES

VERSION 09.06.2020

CONSEILS ORGANISATIONNELS POUR LES CLUBS ET COLLECTIVITES

MESURES COMMUNES

1 Jour précédent la reprise

- Nettoyage général de l'installation ou du matériel urbain utilisé
- Préparation du gymnase ou de salle de pratique : matériel de désinfection, poubelles, gel, masque, marquage des zones de circulation et de pratique...
- Faire évoluer le planning hebdomadaire des séances pour privilégier l'accueil du plus grand nombre :
 - Optimisation des temps d'utilisation de la salle spécialisée,
 - Proposition sur des créneaux tardifs ou en week-end
- Listing et fiche de présence par séance des gymnastes
- Engagement des adultes ou des parents si mineurs / déclaration de bonne santé + acceptation du risque (conseils de prudence pour les personnes vulnérables)
- Communication de l'ensemble des informations aux adhérents avant la reprise
- Préparation des séances par les entraîneurs, animateurs
- Information sur la tenue, effets et matériels individuels ...

2 Avant l'entraînement

- Installation et nettoyage du matériel
- Préparation du matériel collectif et individuel
- Préparation de l'encadrant : lavage des mains et port du masque ou d'une visière (prévoir une tenue de rechange en cas d'intervention de sécurité inéluctable)

3 Accueil des pratiquants

- Présentation des règles de fonctionnement durant la séance (zone de placement, circulation, accès aux toilettes...)
- Renseignement de la fiche de présence (possibilité de refus de participation d'un adhérent si l'encadrant constate un problème de santé)
- Circulation
- Respect des gestes barrières

4 Après la séance

- Prévoir 15 minutes de battement avant la séance suivante
- L'entraîneur se lave les mains et change de tenue s'il a effectué une intervention de sécurité avec une parade
- Fin de journée : revue sanitaire de tout le matériel utilisé
- Affaires oubliées type chaussettes - bouteilles d'eau etc... jetées dans une poubelle fermée

5 Propositions d'animations pédagogiques « expression »

- Gala de fin d'année virtuel
- Inter âge
- De type flashmob
- Challenge
- Défi
- Inter-clubs (réseaux sociaux, vidéos...)

CADRE GENERAL

SEANCE GYM LOISIR

	Activité à l'intérieur	Activité à l'extérieur	Activité à distance
Où ?	Salle spécialisée Salle polyvalente	Parc Zone extérieure à proximité du gymnase Cour d'école	Domicile
Quoi ?	Travail en atelier Programme ACCESS Programme Freestyle Gym Productions gymniques format court	Travail en atelier Programme ACCESS Programme Freestyle Gym Productions gymniques format court	Animation en visio
Comment ?			Zoom, Skype, Whatsapp...
L'effectif maximum accueilli dans la salle est relatif à la surface d'activité	4m2 par personne minimum en statique et 2m de distance minimale entre chaque pratiquant en dynamique L'espace pour chaque pratiquant est contraint et délimité Taille des sous-groupes (10 personnes max encadrant compris)		Cellule familiale
Interaction encadrement - Gymnaste /pratiquant	Pas de contact sauf intervention de sécurité inéluctable et pas d'échange de matériel Port du masque ou d'une visière pour l'encadrant		Possibilité de parades et d'interactions
Interaction entre les pratiquants	Pas d'échange ni de jeux de coopération		Pas de restriction
Utilisation de petit matériel	Concernant le « petit matériel du CLUB » (engins GR, matériel cirque, livres ...) : la règle est l'usage individuel (exemple un cerceau, un enfant)		Utilisation du matériel du quotidien
Utilisation des agrès / Matériel pédagogique/ mobilier urbain	Un travail en atelier comprenant plusieurs situations est à privilégier (par rapport au parcours) à chaque rotation, un nettoyage des surfaces doit être réalisé. La circulation des pratiquants est adaptée pour respecter les distances		Privilégier le matériel que tout le monde peut avoir (Chaise, table basse, canapé...)
Durée des séances	Diminution de la durée d'activité (hors accueil)		Durée max de la séance = 30'
Planification hebdomadaire : <i>Accueil par sous-groupe pour favoriser l'accueil du plus grand nombre dans le respect des gestes barrières et offrir une animation de qualité</i>	Alternance des séances en présentiel et à distance (animation vidéo) par quinzaine	L'extérieur peut être utilisé pour la réalisation d'une séquence de la séance ou pour une séance complète en fonction des disponibilités et des installations du club	Alternance des séances en présentiel et à distance (animation vidéo) par quinzaine
Supports pédagogiques disponibles	Privilégier les contenus Access Gym GR, Access Gym Général, Access Aéro Freestyle Gym	Mise en train général et échauffement Access Gym, Access GR et Aéro Vidéo de confinement Freestyle Gym	Privilégier les supports pédagogiques Access et Freestyle Gym Vidéos de confinement

GUIDE D'ORGANISATION DE LA SEANCE

SEANCE GYM LOISIR

ECHAUFFEMENT / MISE EN TRAIN	Privilégier une mise en train/ échauffement en extérieur (course etc..)
	Si Mise en train/échauffement en salle : respect des zones attribuées (repères visuels) pour chaque enfant
	Mise en train/Echauffement conduit par l'animateur
PENDANT LA SEANCE	Les enfants ne portent pas de masque
	Les enfants restent dans la zone qui leur est attribuée
	Limitier les échanges de matériel pendant la séance avec lavage intermédiaire
	Disposition des ateliers adaptée
	Autonomie + sécurité : privilégier les situations en autonomie
	Utilisation sono/musique : l'entraîneur est le seul responsable de l'appareil
	Toilettes : Accès en amont ou après la séance - pas de circulation "libre" - lavage des mains
FIN DE SEANCE	L'entraîneur nettoie le matériel utilisé (tapis, plan incliné, agrès péda, petit matériel...)
	Les fosses doivent être condamnées pendant cette période
	Départ immédiat dès la fin de la séance afin de permettre au groupe suivant de rentrer (éviter l'interaction sociale) - pas de "zones de bavardage" en intérieur
	En cas d'oubli d'affaires personnelles, pas de retour sur la zone d'activité (contacter l'animateur)

ILLUSTRATION D'ORGANISATION DE L'ESPACE

SEANCE GYM LOISIR SUR PRATICABLE SANS MOQUETTE OU ESPACE DE 144M² (12M X 12M)

Dans le respect du GUIDE DE RECOMMANDATIONS DES ÉQUIPEMENTS SPORTIFS, SITES ET ESPACES DE PRATIQUES SPORTIVES du Ministère des Sports, l'usage du praticable n'est autorisé que recouvert d'une surface lavable ou de tapis de protection plastifiés.

