

Guide du Jugement

6^{ème}

Généralités

2025-2026

Exercice 6ème



- L'exercice 6^{ème} est **composé librement** par la gymnaste.
- Il doit être composé de **7 éléments minimum** dont des éléments de difficultés 6^{èmes}
- L'exercice doit respecter les **E**xigences de **C**omposition, propres à chaque agrès.

Qu'appelle-t-on élément ?

Eléments

```
graph TD; A[Eléments] --> B[Difficultés 6èmes  
Mouvements Gymniques ou Acrobatiques]; A --> C[Autres difficultés  
Mouvements Gymniques ou Acrobatiques];
```

Difficultés 6^{èmes}

Mouvements Gymniques ou
Acrobatiques

Eléments contenus dans les grilles 6^{èmes} et
classés par familles en barres, poutre et sol
**(Programme Fédéral de la saison en
cours)**

Autres difficultés

Mouvements Gymniques ou Acrobatiques

Eléments contenus au minimum dans le 5^{ème}
degré du PF ou code FIG
(Programmes de la saison en cours)

Note E - PÉNALITÉS POUR EXERCICE TROP COURT



Note E
(Exécution sur
10,00 Pts)

- 7 Éléments au moins reconnus
- 6 Éléments reconnus
- 5 Éléments reconnus
- 4 Éléments reconnus
- 3 Éléments ou moins reconnus

Pas de déduction

- 2,00 pts

- 3,00 pts

- 4,00 pts

- 5,00 pts

Difficultés 6èmes



- **Les difficultés 6èmes** sont contenues dans des grilles d'éléments propres à chaque agrès.
- Les difficultés 6èmes sont classées par famille.

(Programme Fédéral de la saison en cours)

Autres Difficultés



- **Les Autres difficultés** peuvent être :
 - ✓ Des éléments du 5^{ème} degré du programme Fédéral.
 - ✓ Des éléments du code FIG

Composition du mouvement



L'exercice doit comporter :

- **3** Difficultés 6^{ème} prises dans **3 familles différentes** de la grille.
- **4** autres difficultés
 - Sauf les éléments de liaison et certains éléments listés à chaque agrès

Composition du mouvement



- L'exercice doit respecter les **E**xigences de **C**omposition, propres à chaque agrès.
- Le nombre des **E**xigences de **C**omposition est de 5 : soit $5 \times 0,50 \text{ Pt} = 2,50 \text{ Pts}$.
- Quand dans une **E**xigence de **C**omposition deux critères sont demandés, la gymnaste doit remplir les deux critères pour obtenir la valeur de l'**EC** soit 0,50 Pt.

Bonification

- La bonification sert à valoriser certaines difficultés 6^{èmes}.
- Une difficulté 6^{ème} ou une liaison de difficultés peuvent obtenir une valeur de bonification de **0,30 pt** ou de **0,50 pt**.
- La bonification est accordée pour des difficultés 6^{èmes} **différentes** même si elles font partie de la même famille.

L'ensemble des bonifications ne peut excéder 1,50 pt.

Les bonifications

La bonification n'est pas accordée en cas de :

- Chute
 - Répétition (sauf pour les liaisons bonifiées)
 - Position tenue non respectée
 - Fautes égales ou supérieures à 0,60 pt
-
- **La bonification est accordée pour une liaison, même si chaque élément est pénalisé de 0,60 pt**

Répétition d'élément

- Une Autre difficulté ou une difficulté 6^{ème} ne peut être exécutée 2 fois (Sauf en Barres asymétriques).
- La 2^{ème} fois, la difficulté ne sera ni reconnue ni bonifiée et ne pourra pas servir pour valider une EC.
- Elle pourra valider une liaison bonifiée.

Note D



Pour obtenir la note D Maximum, l'exercice doit contenir :

- ❖ 3 Difficultés 6^{èmes} à 3,00 Pts = **9,00 Pts**
- ❖ 5 Exigences de Composition à 0,50 Pt = **2,50 Pts**
- ❖ Les bonifications = **1,50 Pt**
- ❖ **Note D = 13,00 Pts**

DIRECTIVES TECHNIQUES – ARTICLE A6. 6^{ÈME} DEGRÉ

- Position du corps et rotation = Difficultés différentes.
- Mouvement sans entrée : Sans pénalité.
- Mouvement sans sortie : Pénalité de 0,80 pt.

Table de Saut



- La gymnaste a le choix entre 12 sauts.
- Note D : Valeur du saut de 11,70 points à 13 points
- Note E : Exécution sur 10 points

