Guide du Jugement 6ème

Généralités

2025-2026



Exercice 6ème







- L'exercice 6ème est **composé librement** par la gymnaste.
- Il doit être composé de <u>7 éléments minimum</u> dont des éléments de difficultés 6èmes
- L'exercice doit respecter les Exigences de Composition, propres à chaque agrès.



Qu'appelle-t-on élément?

Eléments

Difficultés 6^{èmes}

Mouvements Gymniques ou Acrobatiques

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

Autres difficultés

Mouvements Gymniques ou Acrobatiques

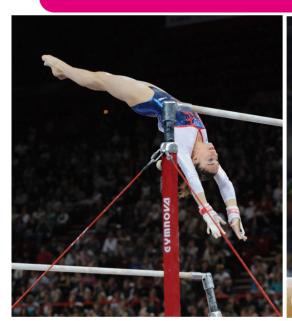
Eléments contenus au minimum dans le 5^{ème} degré du PF ou code FIG

(Programmes de la saison en cours)



Vivons ensemble l'expérience sport et culture !

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) p	ts
---	----	----	-----	----





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



(Programmes de la saison en cours)

Composition du mouvement







L'exercice doit comporter :

- 3 Difficultés 6ème prises dans 3 familles différentes de la grille.
- 4 autres difficultés

Sportive

et Culturelle

 Sauf les éléments de liaison et certains éléments listés à chaque agrès

Composition du mouvement







- L'exercice doit respecter les Exigences de Composition, propres à chaque agrès.
- Le nombre des Exigences de Composition est de 5 : soit 5 X 0,50 Pt = 2,50 Pts.
- Quand dans une Exigence de Composition 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 6èmes <u>différentes</u> 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 6ème 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 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



