

# FORMATION DES GROUPES



***Nous formons les groupes le plus homogènes possibles de façon à favoriser le rythme d'évolution de chaque gymnaste.***

## **1. CATÉGORIES**

- Elles seront déterminées en **octobre**. Nous croyons que la décision sera plus favorable car la gymnaste aura évolué avec un même entraîneur pendant au moins un mois et qu'elle se sera entraînée sur une période continue. Par contre, lors de la formation des groupes, nous avons tout de même une bonne idée de la catégorie.

Nous déterminons la catégorie d'une gymnaste en nous basant sur :

- L'atteinte des exigences de base de la catégorie;
- La qualité technique;
- L'optimisation de l'estime de soi

## **2. ÂGE**

## **3. COURBE DE PROGRESSION ET OBJECTIFS GLOBAUX**

Ceux-ci sont influencés par les paramètres suivants :

- La vitesse d'apprentissage de l'enfant;
- La capacité de l'enfant à accepter et à faire de nombreuses répétitions;
- La tolérance face à l'intensité du travail;
- L'attitude à l'entraînement;
- La gestion de la peur;
- Les aptitudes physiques.