

F.S.C.F.
Examen 2016-2017

Nom :

Module
Tronc Commun

1	Citez les 4 principes fondamentaux qui définissent la GRS.		
2	Quel est la caractéristique principale qui distingue les pivots des autres rotations ?		
3	Dans un duo ou dans un ensemble, quelle est la règle à respecter pour qu'une (des) gymnaste(s) soi(en)t sans contact avec l'engin en début ou en fin d'exercice ?		
4	Qu'est-ce qu'un corps de jury ?		
5	Qu'évalue le juge A en individuel ?		
6	Citer 4 qualités morales d'un juge.		
7	Une gymnaste, en individuel, a un ruban trop court. Qui pénalise? De combien ?		
8	Lors d'un enchaînement au cerceau, l'engin sort du praticable en roulant et revient sur le praticable. La gym ne sort pas pour récupérer son engin. Qui pénalise ? De combien ?		
9	Une gymnaste individuelle dispose 2 ballons de remplacement autour du praticable. Est-ce autorisé ? Si non, qui pénalise et de combien?		
10	Donner les 3 groupes techniques corporels.		

11	En ensemble, 2 gymnastes sur les 5 ont une jupette qui dépasse le pli des fesses (jupette trop longue). Qui pénalise ? De combien ?		
12	Citer les 3 phases d'un saut.		
13	Citer 4 formes de sauts sur les 11 existantes.		
14	Qu'est-ce qu'un tour lent ? Dans quel(s) groupe(s) corporel(s) est-il possible de réaliser des tours lents ?		
15	Quels sont les 5 "autres groupes corporels" ?		
16	Citez 3 éléments pré-acrobatiques.		
17	Une des prises possibles de l'engin se définit comme "Paumes de mains vers l'arrière quand les bras sont le long du corps, vers le bas quand les bras sont à l'horizontale devant, vers l'avant ou vers l'extérieur quand les bras sont à la verticale haute". De quelle prise d'engin s'agit-il ? Pronation ? Supination ? ou Mixte ?		
18	Quels sont les 4 plans possibles en GRS ?		
19	Définir une circumduction.		
20	Définir un balancé.		
21	Qu'est-ce qu'un moyen lancer ?		
22	Citer les deux groupes techniques non fondamentaux (c'est à dire appartenant aux "autres groupes techniques") du cerceau et que l'on ne retrouve pas à tous les engins.		

23	Quels sont les 6 groupes techniques fondamentaux au ballon ?		
24	Définir une relation ou une collaboration dans un duo ou dans un ensemble entre les gymnastes.		
25	Quelles sont les 3 formes de collaborations simples?		
26	Citer 4 critères définissant une combinaison de pas de danse.		
27	Donner la définition d'un "échange" en duo ou ensemble.		
28	Porter ou traîner une gymnaste appuyée sur les mains ou une autre partie du corps pour plus de 3 pas est autorisé. Vrai ou Faux?		
29	Dessiner 6 formations différentes.		
30	Citer 5 critères qui peuvent faire varier le travail collectif.		