

Du sport pour les plus petits

Comme son nom l'indique, la baby gym est une activité sportive d'éveil pour les petits. Au R.E.G. cette année elle se pratique dès 2 ans environ et jusqu'à 5 ou 6 ans.

Prise de conscience de son corps, éveil, exercices de motricité... voilà ce qui attend nos plus jeunes gymnastes dans ces séances proposées par des encadrants qualifiés.

A quoi ça sert ?

L'objectif de la baby gym est d'aider le bébé ou le jeune enfant à développer harmonieusement sa motricité. Il y apprend notamment à coordonner ses mouvements et à acquérir un bon sens de l'équilibre.

Tapis de sol, accessoires en mousse, tunnels en tissu... Grâce au matériel spécialement adapté, très coloré pour stimuler les petits, le jeune enfant peut grimper, rouler, glisser, sauter... et ainsi être à l'aise avec son corps.

En toute sécurité, bien sûr car l'espace dédié à la baby gym permet à bébé de favoriser son développement psychomoteur.

De 1 an et demi à 3 ans

Votre enfant pourra commencer à pratiquer des petits parcours d'obstacles et quelques mouvements de gymnastique. Les séances de baby gym sont associées à des jeux de groupe, des exercices d'attention...

La présence d'un parent qui joue le rôle d'accompagnateur rassurant peut être acceptée mais n'est pas obligatoire.

Dans le cadre du R.E.G., seul le cours de BB1 se déroulant de 9h30 à 10h15 et accueillant les plus petits autorise un accompagnement parental en salle durant l'activité.



De 3 ans à 4 ans

Votre enfant saura pratiquer des parcours d'obstacles et quelques mouvements de gymnastique. Les séances d'éveil sont toujours associées à des jeux de groupe, des exercices d'attention...

Mais l'enfant commence son apprentissage sans la présence d'un parent, c'est le début de l'autonomie....

De 5 ans à 6 ans

Votre enfant grandit et son parcours aussi, il commence à s'épanouir seul et à appréhender des formes simples de motricités et gestuelles corporelles. Les séances sont associées à des échanges entre partenaires de jeux de groupe, des exercices de précision ... Là encore son apprentissage se poursuit sans la présence d'un parent.

