

# BabyGym

L'éveil ludique des plus petits

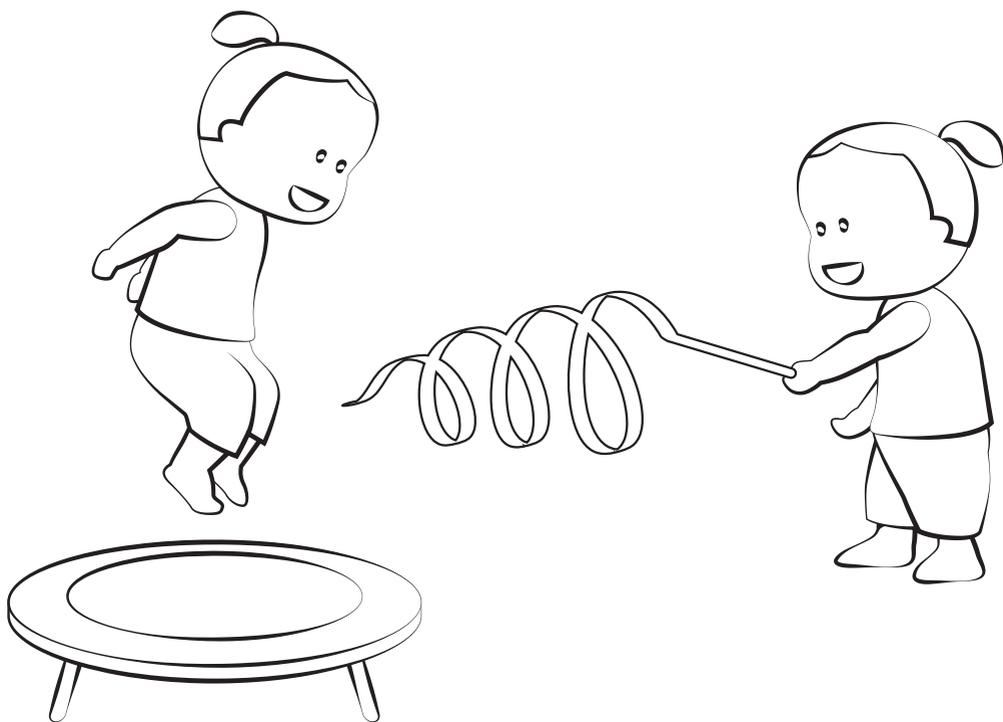
## Livret du pratiquant



Nom-Prénom

FÉDÉRATION  
FRANÇAISE  
**Gym**

ENSEMBLE,  
CRÉONS LE MOUVEMENT



## ESPACE CLUB

NOM

E-MAIL  TÉL.

ADRESSE

SITE WEB

PHOTO  
D'IDENTITÉ

## ESPACE LICENCIÉ

NOM  PRÉNOM

DATE DE NAISSANCE  N° DE LICENCE

ANNÉE  MON GROUPE  JOUR ET HORAIRE



## Bienvenue,

Tu vas faire de la gym avec nous chaque semaine.

Tu vas jouer à grimper, rouler, sauter, lancer, te balancer, danser, chanter, écouter de la musique....

Tu as moins de 3 ans, papa, ou maman, ou mamie, ou nounou, ou... t'accompagnera dans tes découvertes !

Tu as entre 3 ans et 6 ans, comme un grand, tu participes seul à l'activité !

**Dans ton sac de gymnastique, pense à mettre :**

- une tenue de sport confortable
- de l'eau (éventuellement un goûter)
- ton doudou

A bientôt

Et maintenant à tes parents de lire la suite !



Votre enfant est licencié dans un club affilié  
à la Fédération Française de Gymnastique.

Nous vous souhaitons la Bienvenue  
au sein de notre Fédération.

## Historique

**La Fédération Française de Gymnastique a été l'un des précurseurs dans le domaine de l'activité motrice du jeune enfant (dès les années 1990).**

Ont été réalisés des lieux d'accueil et des espaces spécifiques, puis des formations adaptées et enfin la mise en place d'un Label 'Baby Gym', gage de Qualité de notre démarche, depuis 1995.

## Qu'est-ce qu'un club FFG qui propose l'activité Baby Gym

**C'est un club qui :**

- Vous accueille et est à votre écoute
- Vous propose un lieu de pratique adapté à la tranche d'âge (15 mois/6 ans), avec un matériel varié aux normes de sécurité
- Vous propose un encadrement qualifié et certifié sur la base d'un programme spécifique en fonction de l'âge de l'enfant
- Propose à ses animateurs de participer à la formation fédérale continue pour favoriser le développement de leurs compétences
- A la possibilité d'être labellisé par la Fédération Française de Gymnastique pour la qualité de l'activité proposée

# La démarche et les objectifs Baby Gym

- Réponse au besoin de mouvement de l'enfant
- Activité ludique dans un environnement gymnique
  - Moment privilégié de partage en famille
- Accompagnement du développement psychomoteur de l'enfant
- Epanouissement physique et psychoaffectif de l'enfant
  - Confiance en soi, autonomie, socialisation

| Tranches d'âges       | 15 à 24 mois   | 24 à 36 mois           | 3 à 4 ans                 | 4 à 5 ans                  | 5 à 6 ans   |
|-----------------------|--|------------------------|---------------------------|----------------------------|---|
| Année Baby Gym        | 1 <sup>ère</sup> année   | 2 <sup>ème</sup> année | 3 <sup>ème</sup> année    | 4 <sup>ème</sup> année     | 5 <sup>ème</sup> année                                |
| Référence scolaire    | Enfant non scolarisé   | Toute Petite Section   | Petite section maternelle | Moyenne section maternelle | Grande section maternelle                             |
| Enjeu                 | Passer de l'éveil corporel...<br>...aux apprentissages gymniques |                        |                           |                            |   |
| Appellation           | Baby Gym   |                        |                           |                            |   |
| Contenus pédagogiques | Fichier Baby Gym   |                        |                           |                            | Access Gym<br>Général<br><br>Access Gym<br>GR Général |

# Après la Baby Gym...

Votre enfant a envie de continuer la gymnastique. En concertation avec l'équipe pédagogique, il a la possibilité de :

> s'inscrire dans un groupe dont la pratique est à visée compétitive

> s'inscrire dans un groupe d'animation

**PROGRAMMES FÉDÉRAUX ADAPTÉS**

**PROGRAMMES 'ACCESS GYM'**

## Pour le bien-être de votre enfant...

**Une activité physique régulière** prévient la sédentarité et l'obésité et a un effet bénéfique sur la croissance (squelette, coordination des mouvements, développement des capacités cardiaques et pulmonaires par exemple).

**Un sommeil de qualité**, en quantité suffisante est un besoin essentiel. C'est un temps pour grandir, se construire et récupérer de la fatigue physique et nerveuse.

**Une alimentation diversifiée et variée** (fruits, légumes, laitages), des repas à heures fixes et de l'eau à volonté favorisent une bonne santé et luttent contre les infections.

Ces 3 critères participent à l'épanouissement général de votre enfant.



# Quelques conseils...

Pour que l'animateur accueille votre enfant dans les meilleures conditions, il est préférable d'arriver 5 mn avant le début de l'activité

L'animateur est à votre écoute pour toute question et/ou information concernant votre enfant, le groupe ou le club, avant et après la séance

Pour la sérénité de votre enfant, pensez à être à l'heure à la fin de la séance

En cas d'absence, prévenir l'association

## Au-delà de l'activité Baby Gym, votre association est aussi un lieu :

- > d'information sur la vie du club
- > de rencontres (portes ouvertes, fête de Noël, gala fin d'année...)
- > de partage avec les autres parents, enfants du groupe, encadrement, dirigeants...

## Une Fédération à votre Ecoute !

- > [contact@ffgym.fr](mailto:contact@ffgym.fr)

