

Qu'est-ce- que la « Baby gym » ?

Du plus jeune au plus âgé, du plus petit au plus grand, les « Baby-gymnastes » bénéficient de programmes éducatifs, sportifs et ludiques adaptés. ils roulent, se renversent, grimpent, sautent, tournent, apprennent à se mouvoir dans l'espace, dans n'importe quelle position. Mini-anneaux en mousse, mini-barres de suspension, mini-trapèzes, échasses en plastique, petits cerceaux, ballons de couleurs vives, foulards, tissus et petits instruments de musique et de rythme... autant d'installations et de matériels colorés et amusants conçus pour que les tout-petits s'amuse en toute sécurité.

Du parcours aménagé au travail de créativité, chaque séance de 50 minutes se déroule au rythme de l'enfant. A l'issue de chaque récréation sportive, une musique douce à la fin de la séance appelle au retour au calme, moment précieux au cours duquel l'enfant se laisse aller, étendu sur le tapis.

Une séance type :

De parcours aménagé en travail de créativité, les séances se déroulent en règle générale en 5 temps, souvent les suivants :

**** Temps de l'accueil :** rituel et mise en confiance, introduction du ton spécifique de la séance.

Présentation du thème de la séance : jeux, comptines, histoires, en tenant compte des niveaux d'éveil.

****Temps de parcours :** ateliers variés, modulables et organisés dans l'espace, qui sollicitent les capacités sensori-motrices, la coordination, la latéralisation, la capacité d'adaptation, l'autonomie, la maîtrise des émotions, intégration dans le groupe et l'environnement. En Baby-gym (2-4 ans, il s'agira de favoriser l'exploration, l'imitation, la répétition des actions et la prise de conscience des actions.

****Temps d'activités exploratoires :** phase de libre expression, où seront développées les habiletés motrices fines, l'imaginaire, la notion de groupe, l'écoute et le sens artistique.

****Retour au calme :** ralentissement de l'activité en fin de séance, création d'une ambiance feutrée afin de diminuer l'activité fonctionnelle, émotionnelle et psychologique, identifier la fin de la séance pour l'enfant, apaiser, relaxer et le préparer à s'élancer à l'extérieur. Porté par une musique douce ou une histoire, c'est un moment précieux au cours duquel l'enfant se laisse aller, étendu sur le tapis parmi les autres.