

# Baby Gym

## La Gym qualité c'est mieux dans un club FFG

Au Gymnase de la Mascotte Salle d'éveil du 2ème étage et au gymnase polyvalent à Ollioules.

Baby-gym de 2 ans à 5 ans : Pour les plus petits, il s'agit d'un éveil sensoriel. Ils viennent bien sûr avec un adulte. Mais papa ou maman accompagne, sans mener le jeu, sans surtout le limiter par des angoisses plus ou moins justifiées. Car en baby gym, on apprend à oser. On prend des risques...sans le moindre danger, puisque les séances se déroulent dans un espace aménagé, tout doux, recouvert de tapis de sol et garni d'accessoires en mousse ou autres matières inoffensives. L'objectif : bouger ! Ramper, rouler, sauter...

Après la phase de découverte et d'appropriation de l'environnement, les enfants sont invités à effectuer des exercices (souvent en musique) ou à suivre des parcours (tunnels, escalade, contournement d'obstacles...). On imagine facilement le plaisir que prennent les tout-petits à évoluer dans un espace où ils ne se heurtent à aucun interdit ! Cela ne peut que favoriser leur développement psychomoteur. Cette liberté n'exclut cependant pas

le respect de certaines règles, notamment tenir compte de ses camarades, ne pas les bousculer, attendre son tour. Les mimes et jeux musicaux favorisent la créativité. Cette activité offre de plus l'occasion de moments de complicité sans contraintes.

Delivré de la tâche ingrate de la surveillance, tranquilisé par un environnement sécurisé, le parent accompagnateur peut donner lui aussi libre cours à sa fantaisie et à sa joie de vivre. Il apparaît sous un jour un peu différent.

Fédération Française de Gymnastique