

# BIENVENUE À LA FÉDÉRATION DU **SPORT SANTÉ**

Votre club est membre de la Fédération Française  
d'Éducation Physique et de Gymnastique Volontaire

Depuis de très nombreuses années, la Fédération **s'est engagée**  
**dans la lutte contre la sédentarité**. Son concept **Sport Santé**, c'est  
d'abord la recherche du bien-être, de l'épanouissement personnel  
et collectif, du développement des capacités de chacun. Tout cela  
passe par une meilleure connaissance du corps.

Plus de  
**6000**  
clubs  
affiliés

Plus de  
**7000**  
animateurs  
diplômés

=  
**540 000**  
adhérents  
**HEUREUX**

Partout en France, près de chez vous ou  
de votre lieu de travail, retrouvez votre club  
de Gymnastique Volontaire

[www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

Votre association EPGV :

**Contact :**

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉDUCATION  
PHYSIQUE ET DE GYMNASTIQUE VOLONTAIRE  
46-48 rue de Lagny 93100 Montreuil  
contact@ffepgv.fr / [www.sport-sante.fr](http://www.sport-sante.fr)

# **GYMNASTIQUE VOLONTAIRE**

## ENFANTS DE 3 À 6 ANS

Parce que  
chaque  
enfant est  
unique !!

Ce document a été imprimé selon des normes permettant de limiter son impact sur l'environnement - tancdvm www.tand-m.com Illustrations : © Wiebke Petersen



Fédération Française  
**EPGV**



Nathan

# DE 3 À 6 ANS : Toi et moi, pratiquons ensemble !

**A**vec la Gymnastique Volontaire 3-6 ans, votre enfant va vivre des activités physiques et sportives diversifiées lui permettant de développer ses habiletés motrices, d'explorer son environnement, d'encourager l'imaginaire et d'oser s'engager avec l'autre. Toutes les situations pédagogiques ont été élaborées afin d'encourager son autonomie.



## Des séances adaptées pour :



- **Découvrir et prendre conscience** de son corps tout en étant attentif aux autres
- **Encourager** le jeu et l'imaginaire comme source de plaisir et d'engagement
- **Renforcer** la confiance et l'estime de soi
- **Socialiser et encourager** l'autonomie et la communication
- Vivre des activités diversifiées pour **enrichir ses capacités motrices et sensorielles**

### LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES PROPOSÉES

Les activités d'adresse



Les activités de conquête



Les activités de poursuite



Parcours de motricité



Les activités d'opposition



Les activités d'expression

