

Baby Gym

FUNdamental Movement Award Scheme

介紹

Baby Gym FUNdamentals 是由 British Gymnastics 的專家設計出來，專為幼兒的體能、社交及情感生活而編排，適合一歲至兩歲半的幼兒學習。



內容

內容是以一系列有趣主題，共有 16 個情境，配以特別主題音樂，帶領小朋友學習熱身、伸展、平衡、跳躍、翻滾等體操動作。使小朋友在愉快的氣氛下提高學習興趣、加強筋骨靈活度及柔軟度、更可訓練四肢的控制及協調，盡快掌握應有的幼兒基本運動能力。家長也可以一齊陪同幼兒參加，增添親子關係。完成每一主題(四堂)，均可申請段落證書。



對象

- 1.5-2.5 歲

特點

- 優點：學習身體各種肌肉活動能力、發展肌肉及協調能力。
- 功效：提高平衡力、提高柔軟度、提高肌肉控制能力。

備註

- 一位家長可以陪同出席。
- 學員穿著運動服出席。

