

J'apprends la gym

Type de contenu : Texte Image fixe

Type de médiation : sans médiation

Titre(s) : J'apprends la gym [Texte imprimé] / texte d'Emmanuelle Ousset ; illustrations de Ninie

Ensemble : Mes Docs Sport

Auteur(s) : Ousset, Emmanuelle (1972-....)

Autre(s) responsabilité(s) : Ninie (1975-....) (Illustrateur)

Editeur, producteur : Toulouse : Milan, DL 2017
(impr. en Roumanie)

Description matérielle : 1 vol. (non paginé [36] p.) : ill. en coul. ; 24 cm

Collection : Mes docs sport dès 5 ans

ISBN : 978-2-7459-9217-8

EAN : 9782745992178

Appartient à la collection : Mes docs sport 2557-6062 2017

Autres classifications : 796

Classification décimale Dewey : 796.440 83 23

Résumé ou extrait : La gymnastique est un sport qui permet aux filles ET aux garçons de découvrir leur corps et d'en développer ses facultés motrices tout en s'amusant et en se dépensant. Ce petit documentaire décrit les premières leçons : le premier contact avec le gymnase et les agrès, les exercices d'équilibre, d'assouplissement, de coordination, les figures classiques comme la roulade et la pirouette... Pour mieux appréhender les étapes d'apprentissage, le livre s'organise en 5 parties :- les débuts : l'inscription, la découverte des lieux et du groupe ; - les règles : qu'elles soient règles de vie collective ou règles de conduite ; - la technique : les principaux mouvements décrits avec des pas-à-pas précis ; - le jeu : les exercices de base abordés lors de la première année ; - les champions : à travers les exemples de compétitions ou de gymnastes célèbres, l'enfant peut se projeter dans les progrès qu'il veut faire. À la fin de chaque partie, les "conseils du coach" abordent un ou deux points pratiques... en toute confiance. Un vrai bonus pédagogique.

Sujet - Nom commun : Gymnastique

Forme, genre ou caractéristiques physiques : Ouvrages pour la jeunesse

Image de présentation : <https://bibliotheques-numeriques.defense.gouv.fr/koha/ecrans/978-2745992178.jpg>

Text alternatif image de présentation : 978-2745992178.jpg