

2026/2027

Société: _____

Association cantonale: _____

Nombre de filles: _____

Nombre de garçons: _____

Adresse Moniteur/Monitrice

Nom: _____

Prénom: _____

Adresse: _____

E-Mail: _____

NPA, lieu: _____

N° de membre FSG: _____

Feuille de postes

Remarque :

sur les huit chapitres des formes caractéristiques, au moins trois à quatre exercices par chapitre doivent être effectués (prière de cocher le numéro correspondant à Coop hit gym enfantine).

Les formes fondamentales de mouvements								
1. Courir avec dynamisme, effectuer un appel puissant et se réceptionner de manière stable	1.1	1.2	1.3	1.4	1.5	1.6		
2. Utiliser le matériel de jeu et les engins d lancer de façon ciblée	2.1	2.2	2.3	2.4	2.5	2.6	2.7	2.8
3. Effectuer des rotations variées, contrôlées et dans un but Précis	3.1	3.2	3.3	3.4	3.5	3.6	3.7	
4. Effectuer des mouvements variés aux agrès en toute sécurité	4.1	4.2	4.3	4.4	4.5	4.6	4.7	4.8
	4.9	4.10						
5. Elaborer des enchaînements de mouvements rythmés et créatifs	5.1	5.2	5.3	5.4	5.5	5.6	5.7	
6. Créés diverses situations de jeux et les mener à bien en variant les solutions	6.1	6.2	6.3	6.4	6.5	6.6	6.7	6.8
7. Prendre conscience de son corps et le solliciter sciemment	7.1	7.2	7.3	7.4	7.5	7.6	7.7	
8. Faire preuve de respect et encourage l'équipe	8.1	8.2	8.3	8.4	8.5	8.6	8.7	8.8