

Descriptif bébé-nageur

Descriptif général bébé-nageur :

Lorsque Bébé grandit en s'amusant. Au contact de l'eau thermal et du maître-nageur, bébé crée de nouveau repère et s'épanouie au niveau psychomoteur, social et affectif. Avec l'aide du parent, il découvre de nouvelle sensation et se familiarise avec le milieu aquatique à travers des cours ludique, structuré et organisé.

Séance 1 : Sécurité

L'eau est un milieu ludique mais qui comporte des risques. A travers cette séance, bébé va découvrir et mettre en place les premiers gestes et reflexe de mise en sécurité. Chuter, flotter, s'agripper. C'est une séance de sensibilisation pour l'enfant comme pour l'adulte. Prévention contre les noyades estivales.

Séance 2 : Equilibration

Qui dit nouveau milieu dit nouveau repère. A travers cet séance, bébé développe ces aptitudes pour s'équilibrer en tant que terrien et en tant que nageur. Renforcement, tonicité, conscience du centre de gravité sont aux programmes durant cette séance.

Séance 3 : Hauts du corps

Le bas du corps est systématiquement mis en action lorsque bébé est dans l'eau. En effet, il recherche des appuis. Cette séance permet de stimuler bébé à l'utilisation des ses bras et de ses mains. Renforcement, tonicité, coordination et développement de la motricité fine du haut du corps sont au programme durant cette séance.

Séance 4 : Entrée dans l'eau

Bébé découvrir les entrées dans l'eau en tout genre dans le but de développer un panel de sensation. En effectuant des entrées dans l'eau de plus en plus complexes, il construit des repères riches et variés et développe la prise de risque et a confiance en soi.

Séance 5 : Les rotations

A travers des exercices de rotations diverses, bébé découvre son environnement. Les rotations stimulent l'oreille interne de bébé et sa capacité de proprioception lui permettant de se situer son corps dans l'espace.

Séance 6 : Bas du corps

Séance permettant à bébé de découvrir ce que ses jambes lui offrent comme possibilité dans l'eau. (Equilibration, impulsion, prise d'appui, motricité).

Séance 7 : Immersion

Découverte de l'espace subaquatique et des reflexes d'apnée. Dédramatisation de la tête dans l'eau auprès du parent et accompagnement de la part du maître-nageur pour banaliser cette action. Travailler l'immersion permet de mettre les bases de la flottaison et du savoir nager.

Séance 8 : Coopération

Séance permettant de développer la socialisation du bébé. Il apprend à partager un espace et du matériel. Il collabore dans un même but. Les plus grands sont valorisés en montrant l'exemple et les petits prennent exemple sur les grands. De plus, le parent et bébé apprennent à coopérer ce qui valorise l'enfant.

Séance 9 : Locomotion

Séance dédiée au déplacement terrestre et aquatique. Développement de la coordination et la tonicité de bébé pour créer le mouvement en fonction de son développement psychomoteur.

Séance 10 : Autonomie

Donner de l'espace à bébé, pour développer sa confiance en lui et favoriser la motricité libre, la prise de décision et la découverte de son environnement sous l'œil bien vaillant de l'adulte.

Séance 11 : Compréhension et repère

Objectif : axer les efforts vers la prise d'information pour trouver des solutions face à une situation. Trouver des repères afin d'agir dans un but précis.

Séance 12 : Latéralisation et le corps

Développer la latéralisation de l'enfant c'est-à-dire la conscience qu'il a de l'espace gauche et droite favorisant la lutte contre les problèmes de dyslexie. Cette séance permet de construire le schéma corporel de l'enfant c'est-à-dire la conscience qu'il a de son corps dans l'espace.

Séance 13 : Pyjama

Quelle sensation a-t-on lorsque mon corps habillé est immergé ? A travers cette séance l'enfant va pouvoir expérimenter cette sensation. Mettre un pyjama propre et le maillot de bain ou la couche sous le pyjama.

Séance 14 : Séance photo

Quoi de mieux que d'immortaliser les moments passés dans l'eau avec votre enfant. Pour cette séance et à travers un panel d'exercice, le maître-nageur se transforme en photographe. Hors, sur et sous l'eau, une séance dédiée aux souvenirs.