

Babysvømming

Vannet stimulerer motorikk, sosial atferd og språkutvikling. Nervesystemets utvikling styrkes og det gir barnet bevegelsesfrihet. Babysvømming er den begynnende vanntilvenningen der de får erfare og venne seg til vannets egenskaper. Vi lærer barna å bruke vannet som element, der viktige faktorer er trygghet og overlevelse/selvberging. Foreldre er med i vannet. Det gir oss en kvalitetssikring. Barnets medfødte ønske om sosial kontakt blir imøtekommet, samt gir foreldrene mulighet i å etablere kontakt med andre på samme sted i livet og dele erfaringer. Vannets egenskaper stimulerer barnet til å gjøre flere bevegelser på et tidligere tidspunkt. Det gjør barnet lettere, og motstanden i vannet gjør musklene sterkere.

Barnet har en medfødt **vannglede**, vannskrekk er tillært! Vanngleden avtar hvis barnet fratas muligheten til å oppleve vann. Trygghet er viktig for at barnet skal fortsette å være nysgjerrig og positiv overfor vann. Det er viktig at de voksnes signaler er positive! **Vannrespekt** er også viktig å lære barnet. Barnet vil ellers være utfordrende å håndtere i nærheten av vann. Vi etterstreber derfor å finne en fin mellomting mellom trygghet og respekt for vannet. Barn har en egen utviklingsrytme og det er ingen prestasjonskrav eller konkurranse. Vi skal glede oss over barnets og vår egen trivsel i vann.

Alt foregår på barnets premisser!

Nivå 1 Kurs er en introduksjon til å være i vannet. Vi har fokus på trygghet og samspill. Barn og voksne kan bruke tiden i bassenget som en avkobling fra en travel og stressende hverdag. Samværet skjer med 100 % fokus på barnet og barnets behov og signaler. Dermed lærer foreldrene bedre å tolke barnets signaler og hvordan det kommuniserer. Barnet skal lære sin egen kropp å kjenne i vann, og hvordan vannet virker på den.

Nivå 2 kurs bygger videre på trygghet over og under vann. Vi har fortsatt fokus på samspill, kommunikasjon, trygghet og vannglede. Vi øver på pustekontroll gjennom bobling og sang, og vi har mer fokus på balanse og videreutvikling av mage- og ryggleie. Barnet skal lære selvbergingsferdigheter og dermed kunne redde seg selv i en evt ulykkessituasjon (dette krever deltakelse av flere kurs samt egentrening). Øvelsene er lystbetonte og barnet skal føle mestring.