

Bébés nageurs (6 – 18 mois)

En quelques mots :

Nous accueillons les bébés dont les **vaccins sont à jours**.

L'activité des bébés nageurs favorise l'éveil des tout-petits. Elle leur permet de se familiariser avec l'eau dans un moment privilégié avec ses parents.

La pédagogie se fait en respectant le rythme et les besoins de bébé. Il est acteur de son apprentissage grâce à l'encadrement bienveillant de ses parents et du maître-nageur, qui sont à l'écoute de ses besoins.

Le déroulement :

Les séances sont un moment ludique, que vous partagerez avec votre enfant. Grâce aux neuf mois passés dans le ventre de la maman, entouré de liquide amniotique, bébé se sentira naturellement à l'aise dans le milieu aquatique.

L'activité bébés nageurs est réglementée par une circulaire ministérielle. Elle concerne la formation du personnel encadrant et les conditions de réalisation de la séance : au minimum 25°C hors de l'eau, 32°C dans l'eau, double recyclage de l'eau...

Quelques conseils pour pratiquer vos séances :

Pour la première séance, tout d'abord prenez votre temps et soyez Zen. A 6 mois, votre bébé est **très actif et contrôle la plupart de ses gestes**.

Nous vous conseillons de garder bébé tourné face à vous pour le rassurer, et à la verticale afin qu'il puisse bouger seul ses bras et ses jambes.

Il vous faut maintenant laissez l'eau faire sans trop serrer bébé.

Restez positif dans votre langage, évitez les « n'aie pas peur », « ce n'est pas grave »... Faites-lui découvrir le bassin et son aménagement en toute tranquillité, votre enfant ressent toutes vos émotions.

Par la suite, proposez-lui des petits jouets flottants (aspergeurs, ballons...) que nous vous mettrons à dispositions. Ils stimuleront ses sens, son envie d'aller vers eux et de bouger. Vous pouvez utiliser aussi les tapis percés pour les allonger dessus afin de découvrir de nouvelles sensations. Bébé découvre le monde avec son corps et notamment avec sa bouche.

L'immersion est une crainte pour la plupart d'entre vous. Les nourrissons possèdent un réflexe glottique : immergés, ils bloquent leur respiration...

Félicitez votre enfant quand il met la bouche ou la tête sous l'eau volontairement. Si votre enfant s'immerge dans l'action (toboggan) ou par accident (boire une tasse), restez calme, félicitez-le et souriez ! Allez sous l'eau avec eux.

Avec de l'expérience, votre enfant prendra un maximum d'initiative. Il va partir à la conquête du milieu aquatique. Favorisez les essais-erreurs en veillant à sa sécurité. Restez toujours dans cette démarche d'encouragement.

Informations pratiques :

Vous trouverez une nurserie dans les vestiaires afin de changer facilement votre enfant.

- Prendre une douche savonnée avant la séance pour garder la qualité de l'eau (des chaises hautes pour les douches sont à votre disposition).
- Apporter des couches spéciales piscine.
- Prendre une serviette sèche et/ou un peignoir pour la sortie du cours pour vite se réchauffer.
- Bien essuyer les oreilles et les cheveux de bébé.
- Après l'effort le réconfort, prévoir un petit encas.

Centre Aquatique Sallanches Mont-Blanc

82, rue Charly Mottet 74700 Sallanches

04 50 58 12 32

centre.aquatique@sallanches.fr - www.sallanches.fr