

Jardin Aquatique (3 – 5 ans)

En quelques mots :

L'activité « Jardin Aquatique » s'inscrit dans la continuité de l'activité « Bébé nageur ». Nous préférons le développement de « l'aisance aquatique » à l'apprentissage de la « **natation enfant** ». C'est-à-dire la construction, à travers le plaisir de l'engagement corporel, le jeu et la locomotion dans l'espace aquatique.

Elle contribue au développement global de l'enfant, sur le plan moteur, cognitif et social. Il sortira grandit de cette expérience, autonome et sûr de lui. Et vous serez rassurés de le sentir en sécurité.

Le déroulement :

Un aménagement du milieu aquatique est proposé avec des jeux très variés et différents ateliers. Ils sont articulés autour de trois grands thèmes : la découverte (de l'eau et des autres), l'immersion et le déplacement.

Les séances sont très ludiques et il n'y a pas d'esprit de compétition. Une séance se déroule dans un bassin peu profond (entre 0,80 et 1,20 m) avec une eau chauffée à 30/32°C. Un maître-nageur sera présent pour vous accompagner et vous conseiller.

Quelques conseils pour pratiquer vos séances :

Cette activité est une aventure motrice aquatique !

L'enfant pourra marcher sur des tapis flottants, passer dans des cerceaux, descendre des toboggans ... il va aussi pouvoir jouer avec différents accessoires comme les frites, les ballons, les objets lestés ...

Grâce à ces parcours ludiques, il pourra flotter, rester en équilibre, sauter dans l'eau, respirer, se déplacer et explorer sous l'eau.

Votre enfant pourra tester des déplacements de différentes façons (en tenant le mur, avec une frite, en avant, en arrière...).

Des lunettes de natation pourront favoriser les immersions pour les plus réfractaires. Et pour les autres enfants, elles pourront permettre aux petits aventuriers d'explorer les fonds de la piscine !

Le but est que votre enfant expérimente un maximum de situations en s'amusant. Votre rôle est de laisser faire, de l'encourager (imitiez-le) et d'assurer sa sécurité.

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 votre enfant.
- 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