

# PROJET BÉBÉS NAGEURS



## DESCRIPTION DE L'ACTIVITE

**Public :** enfants de 6 mois à 36 mois

**Effectifs :** 25 enfants max.

**Effectifs en période COVID-19 :** 20 enfants max.

**Encadrement :** 2 Éducateurs du SIM + 1 parent par enfant

(Éventuellement un 2ème parent selon la disponibilité qui acquitte une entrée « public »)

**Encadrement en période COVID-19 :** 2 Éducateurs du SIM + 1 parent par enfant

(Un 2ème parent ne pourra pas être toléré durant l'activité)

**Lieu :** BASSIN LUDIQUÉ, avec pataugeoire et jeux d'eau

**Aménagement :** zones ateliers avec cages à écureuil, toboggan, échelles flottantes, frites, tapis, lignes de bouchon, île, etc...

**Fréquence :** une séance de 45 minutes le samedi matin

Cette activité permet en toute sécurité la familiarisation de l'enfant aux milieu aquatique.

La relation « parent/enfant » fondamentale à cet âge est privilégiée.

Les conseils et accompagnements des Maîtres-nageurs permettent aux parents de conduire harmonieusement leur enfant vers cette découverte et à leurs rythmes.

Des fiches « Parents », à disposition au bord du bassin pour chaque atelier permettent une compréhension et une participation active des adultes à l'acclimatation, à l'appropriation de l'espace, puis à l'adaptation progressive de l'enfant à ce milieu.

Lieu de plaisir, de partage, loin de la performance ou de la confrontation, cette activité offre un moment de réelle complicité et de joie intense entre le parent et son enfant, dans une eau à 30°C au minimum.

Premiers pas en collectivité, **les 3 vaccins « Pentavac » ou équivalents sont obligatoires**, ainsi que l'avis de votre médecin.

(Contre-indications possibles pour certains problèmes oto-rhinos ou cutanées)

# LE PROJET

Le bain est souvent très apprécié par la plupart des bébés, l'eau est un milieu très favorable à l'éveil et au développement du tout petit. Habitué au milieu aquatique dès la vie intra-utérine, l'enfant va découvrir un milieu qui lui est familier et dont il a gardé le souvenir.

- L'eau est une activité intense sur la peau et le bébé fait connaissance avec lui-même ; il faut lui laisser le temps de s'adapter progressivement à ce nouveau milieu.
- Les parents imaginent aisément que l'eau soit d'un apport positif pour la santé, le bien-être de l'enfant. Cela semble tellement rappeler le ventre maternel. L'enfant aura tout à gagner, en détente, à découvrir ou à retrouver le plaisir corporel et relationnel avec ses parents.
- En réalité « les bébés nageurs » ne nagent pas. Dans l'eau ils restent des bébés avec un développement moteur, mental et affectif.
- L'apnée : dès qu'un bébé est immergé même pour quelques secondes, il exécute des mouvements rapides. L'apnée fait partie indépendante de la respiration. C'est un temps naturel de repos entre expiration et inspiration servant à protéger les poumons de toute inhalation nocive. L'immersion courte ne peut être pratiquée sans risque qu'avec l'encadrement compétent après plusieurs mois de séances suivies.

## POUR QUELLES RAISONS LES PARENTS FONT LE CHOIX D'EMMENER LEUR BEBE EN PISCINE ?

- C'est l'occasion de passer un moment privilégié avec l'enfant. L'essentiel est la joie, le plaisir, l'enthousiasme de vivre l'eau ensemble. Rarement quelques larmes apparaissent mais ne durent pas longtemps. Afin d'atteindre ces objectifs, les parents ont besoin d'informations sur la façon de procéder. L'aide dans les gestes ainsi que la façon de soutenir le bébé sont importants.
- Les parents apprennent à décoder son comportement, à comprendre ce qu'il éprouve. Il est nécessaire de respecter l'enfant dans son corps. Ainsi nous devons l'encourager, le féliciter et être en adéquation avec ses possibilités.
- Les parents doivent apporter une attention particulière à leurs progénitures. Nous pouvons lire dans leur visage, leurs regards, les expressions, les degrés de plaisir, leurs peurs, étonnements, joie... Toute la gamme des émotions qu'ils éprouvent. En observant un bébé dans sa globalité nous voyons que la mimique confirme ou nuance ce qui est vécu. Cela constitue une sorte de « langage » traduisant ce que ressent le bébé.

## LES DIFFERENTES ETAPES DU REDRESSEMENT.

- Elles correspondent parfaitement au développement psychomoteur.
- Elles sont une clef des évolutions à venir dans le milieu aquatique.
- Elles nécessitent plus d'implications chez l'adulte : accepter la bascule de l'enfant, varier les situations.
- Elles l'aident à construire son autonomie.
- Le bébé a découvert qu'il pouvait se mettre debout plus aisément dans l'eau que dans l'air. Il n'a pas besoin de faire un grand effort.
- L'enfant est abondamment porté et libre à la fois.
- Le bébé prend plaisir à expérimenter sa motricité. Sa créativité est riche grâce aux variations de l'équilibre.
- Les tapis permettront plus tard les cabrioles, des chutes... L'adulte offrira alors ses mains pour accueillir l'enfant.
- Vers 18 mois l'immersion est travaillée soit à l'aide des chutes des tapis, soit par un transfert entre deux adultes. La régularité de la fréquentation de la piscine est un facteur majeur.
- Les sauts deviennent alors une activité importante et ludique. C'est pour l'enfant un exercice de jeux et de maîtrise de l'équilibre.
- A partir de 2 ou 3 ans, l'enfant a acquis le début de l'autonomie, il veut aller d'un adulte à l'autre. Il maîtrise de courts déplacements. Il saute d'un tapis, s'immerge un bref moment, franchit des distances de plus en plus grandes. L'enfant découvre qu'il flotte, qu'il peut expirer sous l'eau et se diriger. Il a moins besoin d'aide de l'adulte pour reprendre des appuis solides. Il s'accroche de lui-même au bord du tapis.
- Vers 3 ans, les enfants connaissent l'eau depuis longtemps et peuvent passer temporairement par des phases de craintes mais cela ne dure pas et les plaisirs aquatiques reviennent rapidement.

## CONCLUSION.

« Vivre l'eau » cela signifie une approche douce de l'eau, à la portée de tous, la recherche d'une aisance aquatique et la mise en évidence des facteurs relationnels avec les parents. Il ne s'agit pas de procéder à des apprentissages techniques mais de créer des conditions favorables à son épanouissement général. Le bébé change, évolue et apprécie ce nouveau milieu. Nous situons l'activité aquatique dans le sens d'une contribution à un meilleur développement comme une façon de donner plus de chances au départ dans la vie.

## UNE ORGANISATION PRATIQUE

- L'activité bébés nageurs accueille les enfants de 6 mois à 3 ans. Elle fonctionne de septembre à juin, tous les samedis en période scolaire de 9h00 à 09h45 et de 09h45 à 10h30.
- La température de l'air et de l'eau est adaptée à l'activité de votre enfant.
- Nous vous proposons 2 types d'aménagements qui fonctionnent pour une durée de 4 semaines chacun :
  - Un aménagement sous forme d'ateliers (4 à 18 mois) :
    - La grande traversée
    - La cabane
    - La forêt de frites
    - Les ateliers mobiles (tapis, bateau, ...)
  - Un aménagement sous forme de parcours (19 à 36 mois) :
    - Entrées dans l'eau
    - Immersions
    - Déplacements

Votre enfant se doit de terminer sa séance dans un état de bien-être. N'hésitez pas à sortir votre enfant de l'eau durant ou avant la fin de l'activité s'il présente ces quelques signes qui ne trompent pas :

Fatigue et refroidissement : pâleur, marbrures, rougeur, tremblement, chair de poule, bleuissement des lèvres et/ou ongles, calme ou agitation anormale, lassitude

### DURÉE DU BAIN

(Selon les recommandations de la FAAEL)

	De 4 à 8 mois	Avant 18 mois	Entre 18 mois a 2ans	Entre 3 et 6 ans
32° - 31°	10 à 15 min	1/2h	1/2h à 3/4h	3/4h à 1h
30°			1/2h	3/4h
29°				1/2h

### ALIMENTATION :

Votre bébé est encore immature et fragile dans son système de lutte contre le froid. Pour éviter le risque d'hypothermie, il est nécessaire de bien alimenter votre enfant. Immédiatement après le bain, nourrir impérativement votre enfant de sucre (donne rapidement de la chaleur) :

**En vous rappelant qu'il est interdit de manger au bord des bassins et dans les vestiaires pour l'hygiène de tous.**

## HYGIENE :

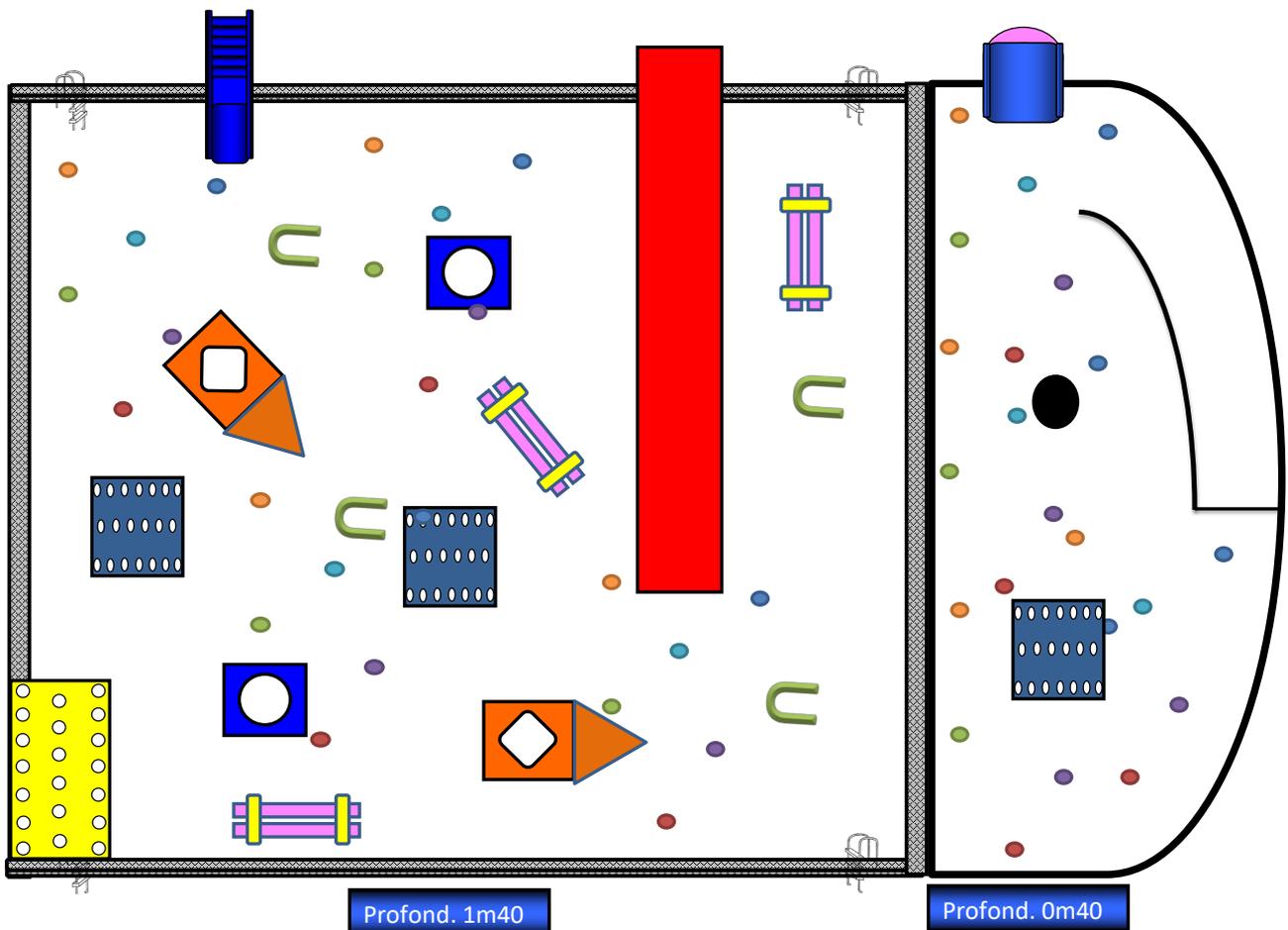
- Pensez à moucher votre enfant pour minimiser les risques d'otites.
- Prenez l'habitude d'aller aux toilettes avec votre enfant avant l'activité.
- Les parents et les enfants doivent obligatoirement se doucher juste avant d'entrer dans l'eau pour éviter la pollution de l'eau mais avant tout pour éviter le refroidissement.
- Couches spécifique adaptée au milieu aquatique obligation si l'enfant en a besoin



**Si pollution aquatique, les ETAPS se réservent le droit de fermer le bassin pour un nettoyage réglementaire**

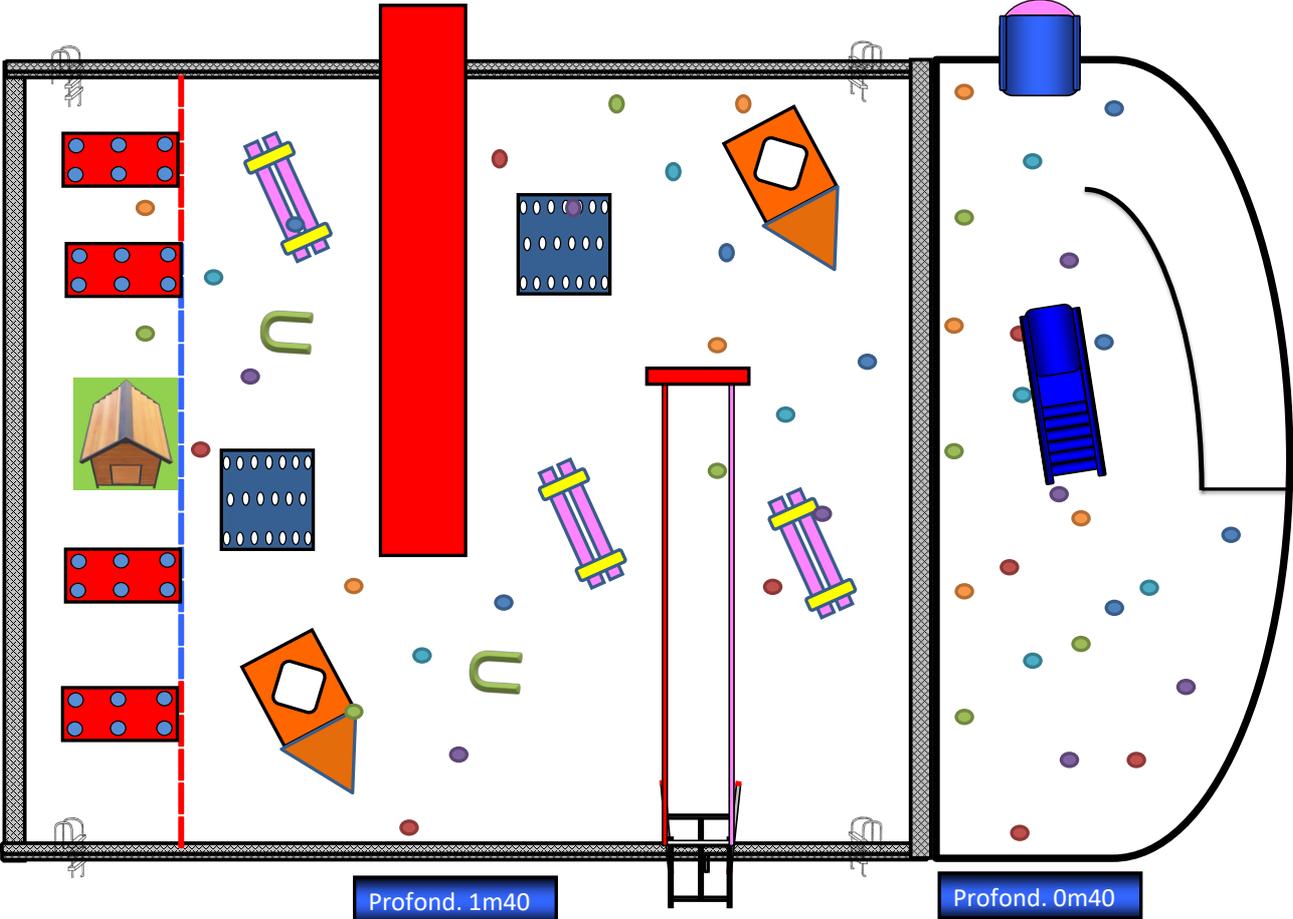
## LES DISPOSITIFS BASSIN

Dispositif 1

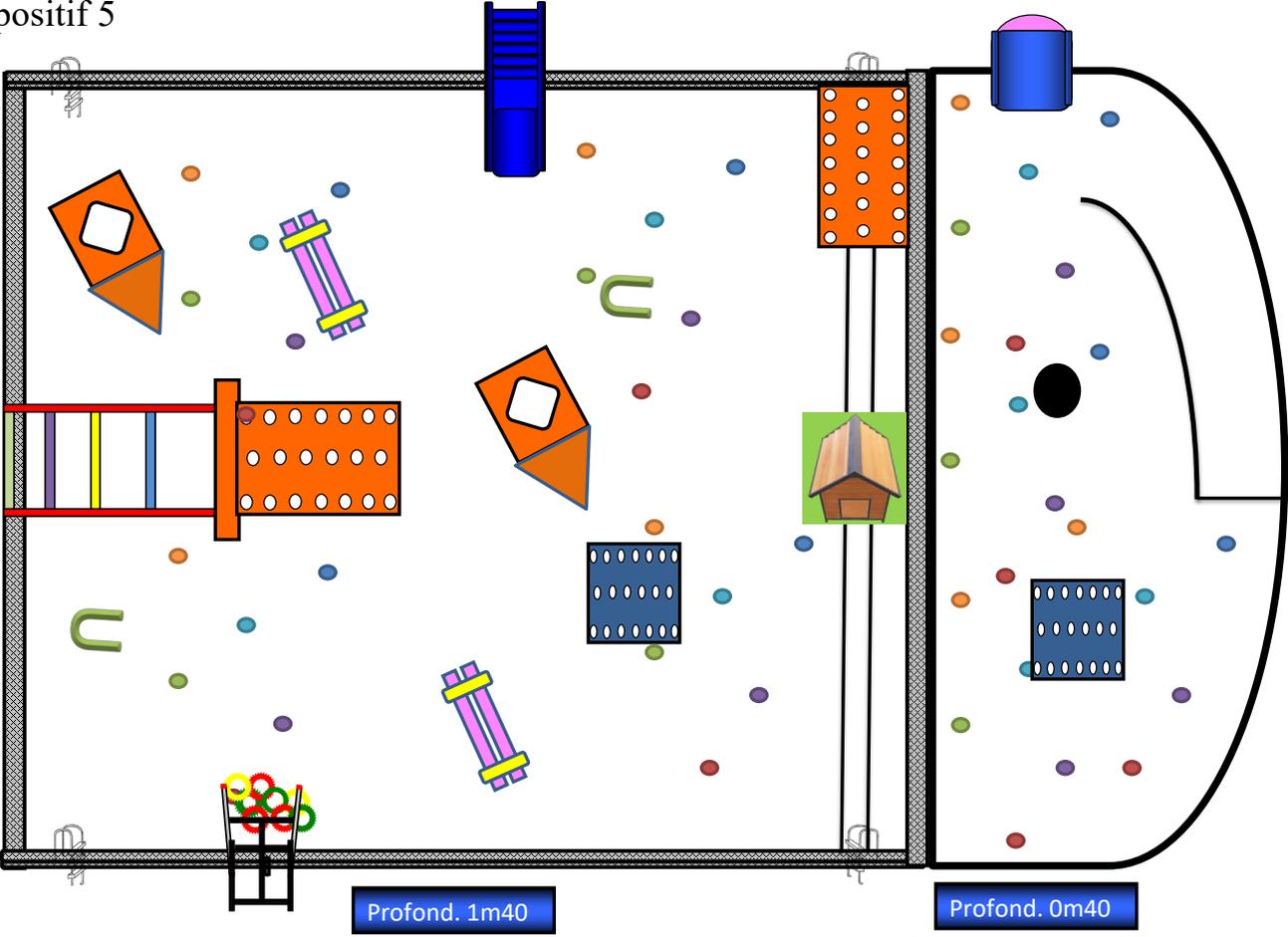




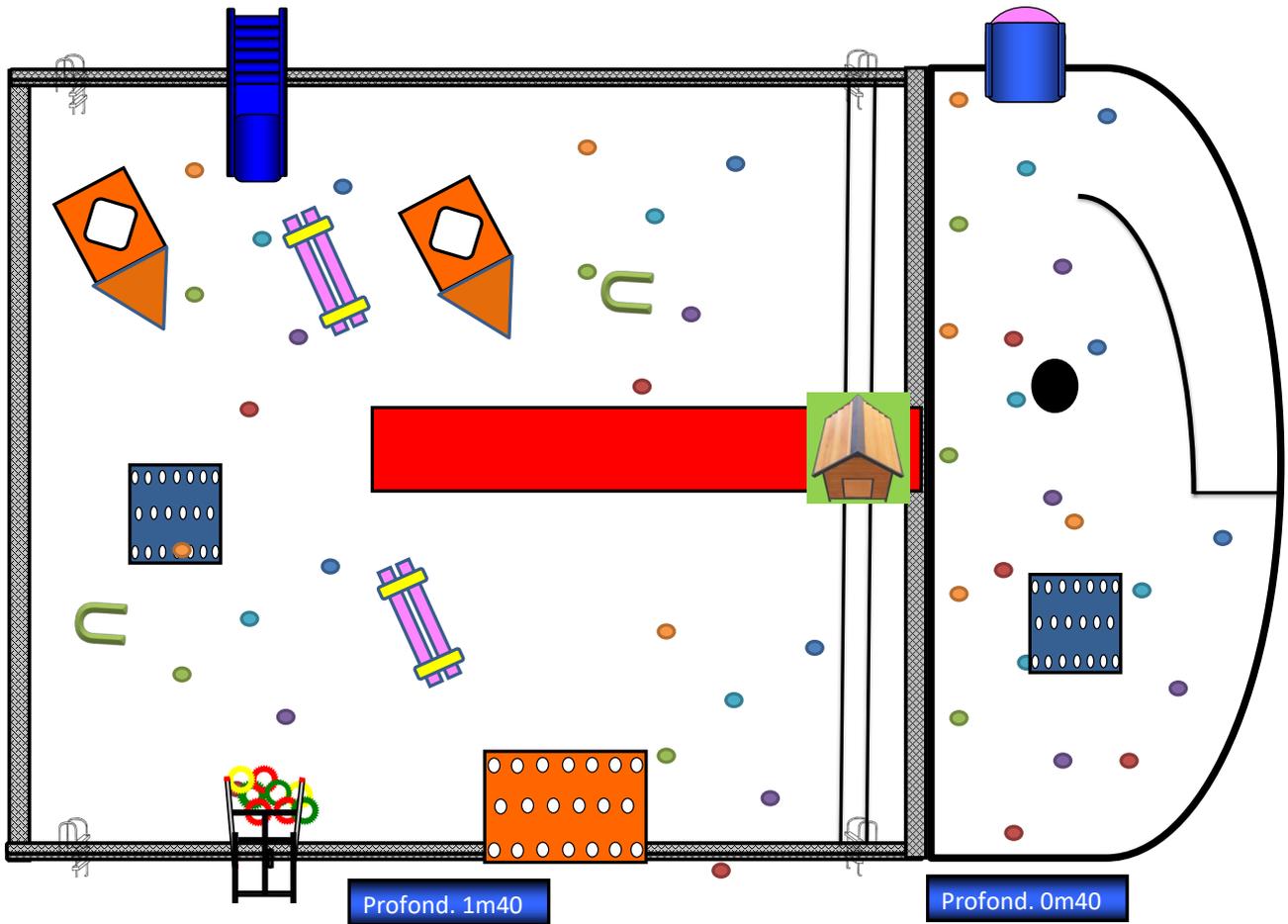
Dispositif 4



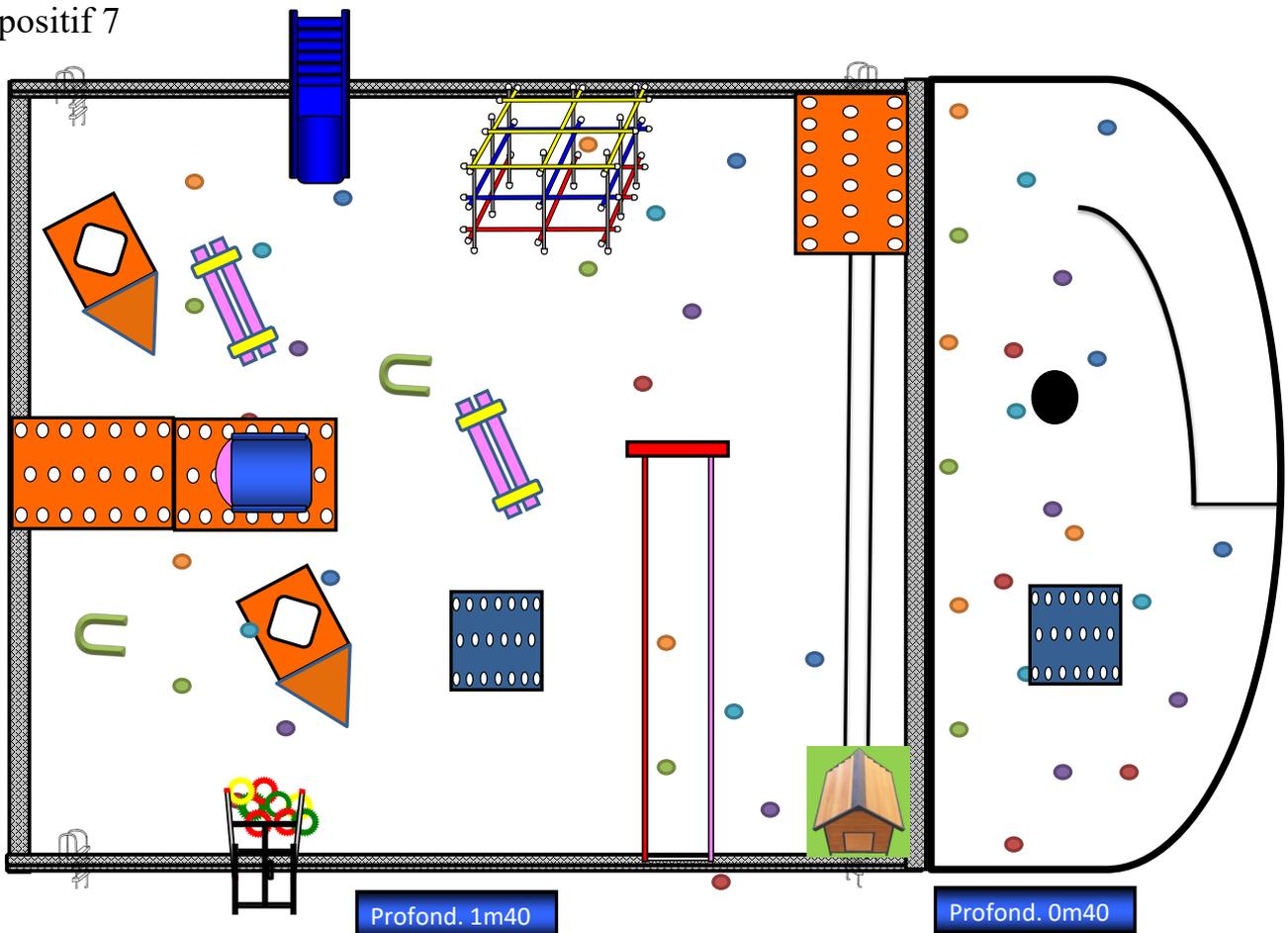
Dispositif 5



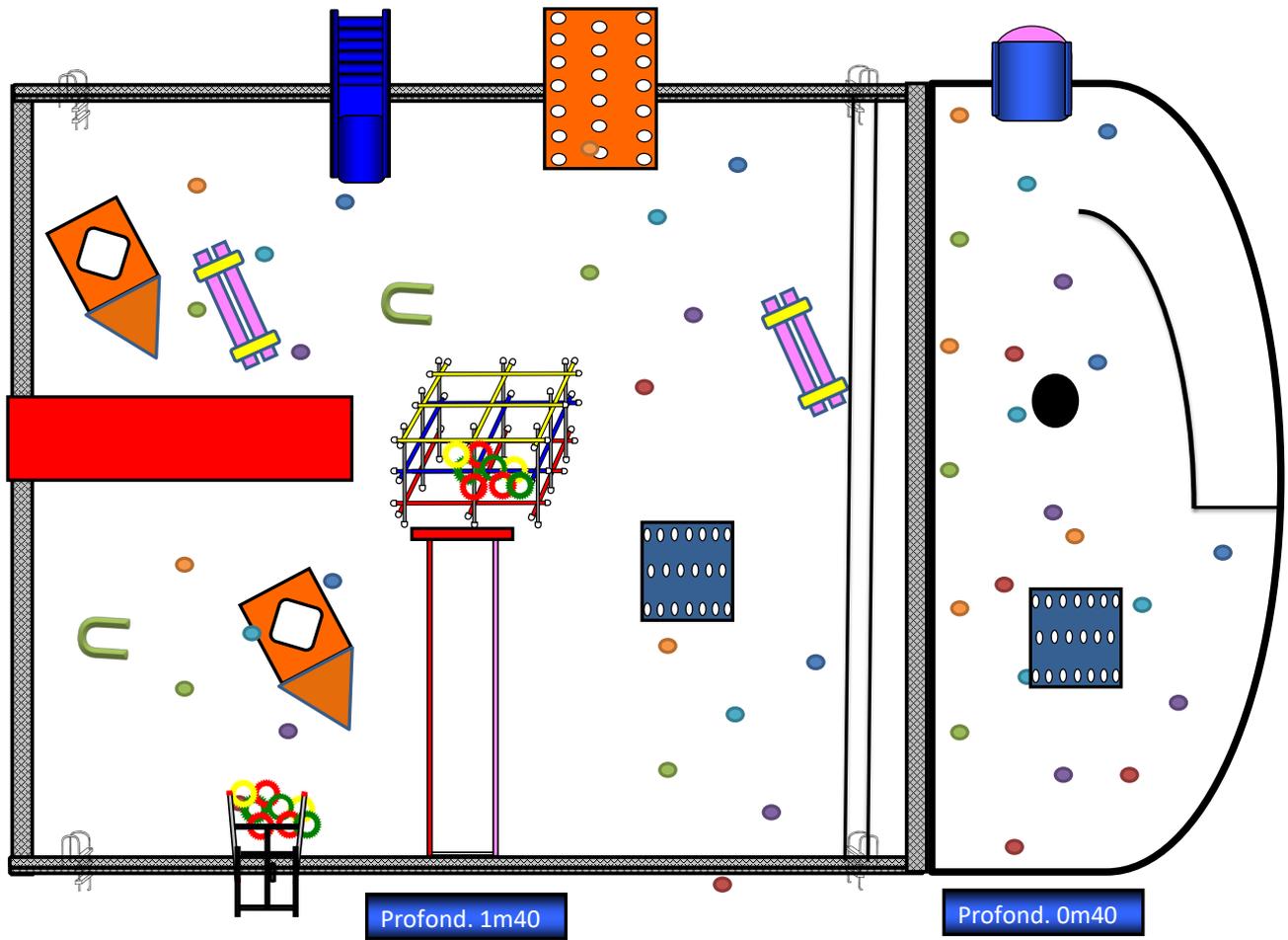
Dispositif 6



Dispositif 7



Dispositif 8



## Sauter et plonger



Avec de l'aide



Sans aide



Dans un cerceau



Avec de l'élan



Avec élan dans un cerceau



En arrière



Je plonge



Je plonge dans un cerceau

## Glisser

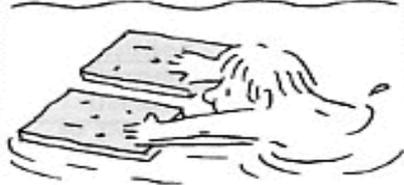


Les pieds en avant



La tête en avant

## Je me propulse



Sur le ventre

Avec deux planches



Avec une planche



Sur le dos

Avec deux planches



Avec une planche

## Je vais sous l'eau



J'ouvre un peu les yeux



J'ouvre complètement les yeux



Je descends le long d'un camarade



Je salue un camarade



Je passe sous la perche



Je tourne autour de la perche



Je fais de la pêche sous-marine



Je m'assois au fond de l'eau