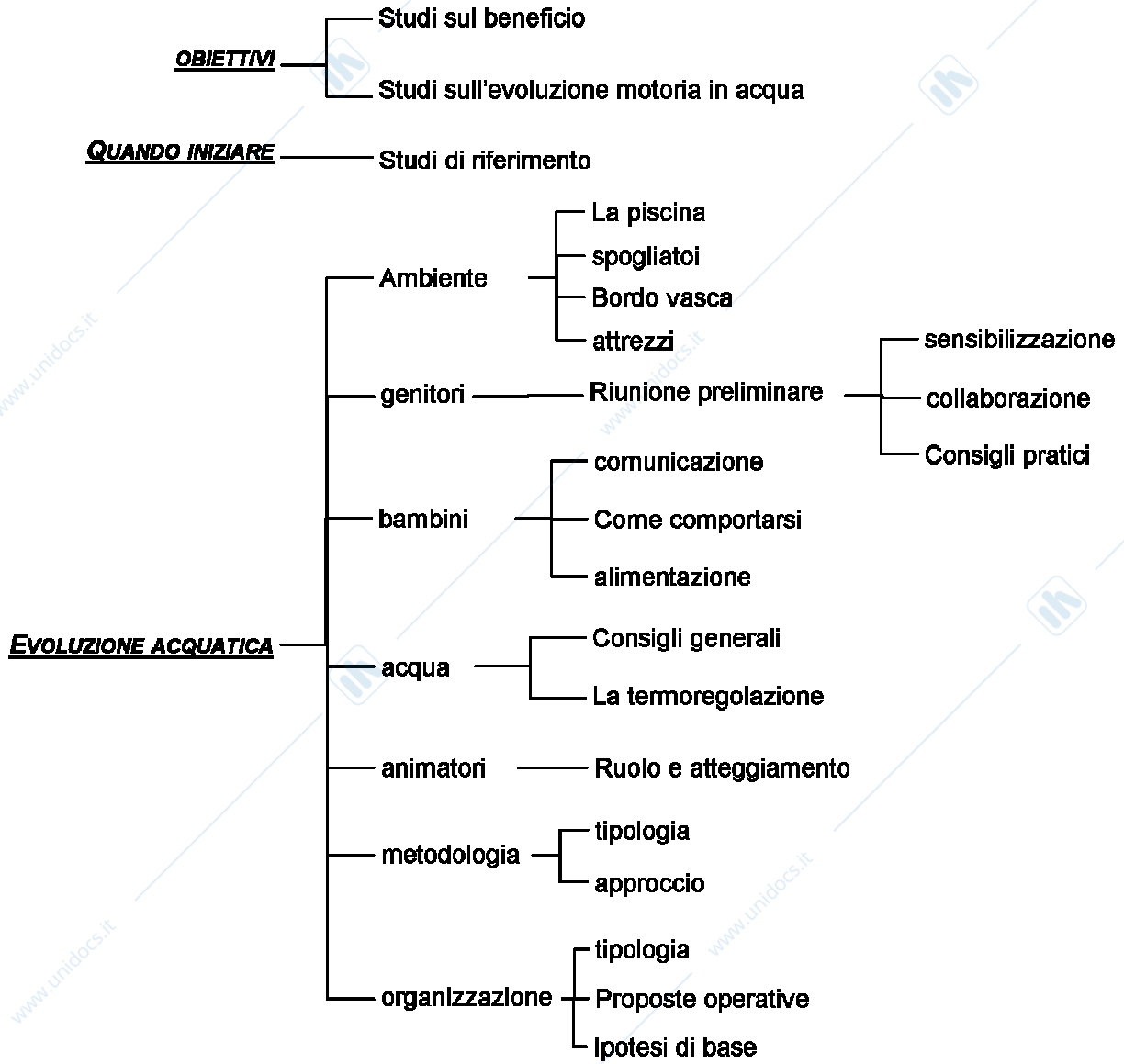


# Cap. 3

## L'esercizio acquatico nella prima infanzia



**UN MONDO  
FANTASTICO DA  
SCOPRIRE GIOCANDO**



## Obiettivi esercizio acquatico nella prima infanzia

- favorire lo sviluppo psicomotorio
- favorire la stimolazione sensoriale
- favorire la socializzazione (primi incontri con i coetanei)
- creare un graduale ambientamento all'acqua

## Studi sui benefici dell'esercizio acquatico svolto nella prima infanzia

### Characteristics of the neuropsychological development of infants during the first year of life, engaged in swimming

(Serebriakova, T M. Simutenko, L V. Barsegian, G G. Makarenko, lu A. Tambovtseva, V I Pediatriia. (2):12-5, 1989)

**ABSTRACT:** The health status of young children systematically engaged in swimming was evaluated with account of the physiological characteristics and results of an analysis of the anamnestic and catamnestic data. The health-improving effect of the swimming was noted, being more pronounced in children with risk factors. It was established that swimming did not produce any undesirable vegetative alterations. The possibility of its use as a means of the improvement and correction of children's development based on their individual characteristics is discussed.

### Characteristics of the neuropsychological development of infants during the first year of life, engaged in swimming

(Kliorin, A I. Aleksandrovich, Pediatriia. (2):16-8, 1989)

**ABSTRACT:** The authors present the results of studying the neuropsychic development of 100 children of the first year of life engaged in swimming and of 50 children of the same age not engaged in swimming. The neuropsychic development was appraised in accordance with the Tables given in the Methodological Recommendations worked out by the Gorky Research Institute in 1982. The swimming was found to cause a marked advance in the neuropsychic development of the children. That advance was discovered even after a month since the swimming onset. The development of movements and emotions was influenced first of all and to a greater degree. Later the swimming produced a favourable effect on the development of speech. The effect of the swimming on the neuropsychic development was more pronounced in boys than in girls.

### Ricerca I. diem (colonia, 1971-1978)

Diem L., Burger R., Bussmann U., Groten H., Siegling V., - Sauglingsschwimmen – Hinweise Fur Die Praktische Durchfuehrung. Bmbw – Werkstattbericht 30. Bonn: Der Bundesminister Fur Bildung Und Wissenschaft (Hg.) 1981

studio longitudinale durato sette anni per verificare come il nuoto nella prima infanzia può influenzare la personalità del bambino, nel 1980 sono stati pubblicati i risultati da cui è emerso che i soggetti che hanno partecipato a questa attività, rispetto al gruppo di controllo hanno evidenziato:

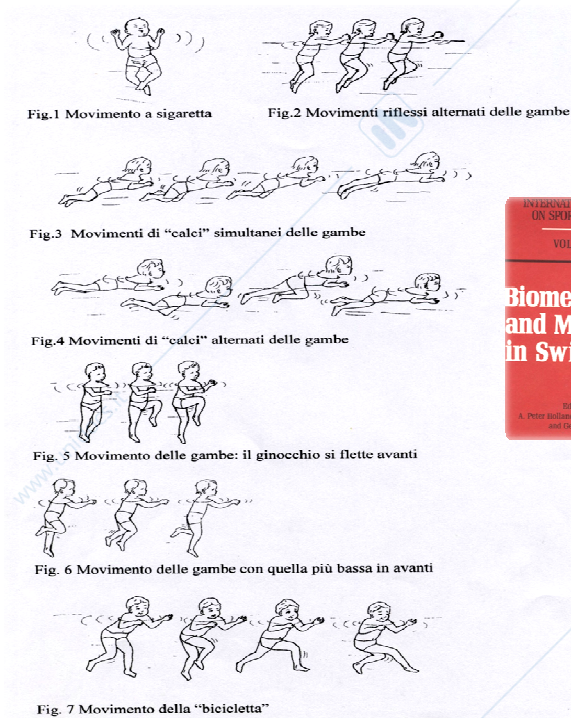
- più capacità ad adattarsi a nuove situazioni
- più sicurezza in se stessi
- più desiderio di conseguire una maggiore indipendenza

### Risultati di altri studi specifici

- Bauermeister (1969), in studi specifici, evidenzia un aumento del volume polmonare del 21,6% rispetto a quello iniziale
- Hagen (1984) evidenzia come il nuoto precoce rappresenti un fattore di prevenzione per le malattie reumatiche se praticato in acqua a 32-33°
- Rosemeyer (1984) raccomanda il nuoto precoce per favorire la sollecitazione dell'apparato scheletrico; con i riflessi natatori viene influenzata positivamente la formazione dell'anca
- Kennel (1980) evidenzia come il nuoto precoce sia importante per accelerare il processo di sviluppo del sistema nervoso centrale soprattutto con i bambini disabili



## Studi sulla evoluzione motoria acquatica



### Descriptions of the Leg Movements of Infants in an Aquatic Environment

Czeslaw Wielki and Marielle Houben

Catholic University of Louvain, Louvain-La-Neuve, Belgium

The majority of research concerning the mechanics of swimming has been confined to competitive swimming strokes of males and females over the age of 10 yr. With the increased emphasis on teaching children to swim during infancy, there is a need to investigate infants' swimming patterns. The purpose of this study, therefore, was to describe the movement patterns for the lower limbs of infants aged 3-20 months as they propelled themselves in the water under different support conditions. It was felt that this might provide a greater understanding of the natural evolution of aquatic movement patterns and help in developing guidelines for manipulation of the learning environment (Wielki, 1980).

#### Procedures

The study took place over a period of 4 yr, with 40 infants as subjects. These infants participated in aquatic activities in a specially conditioned pool at Universite Catholique de Louvain at Louvain-La-Neuve, Belgium.

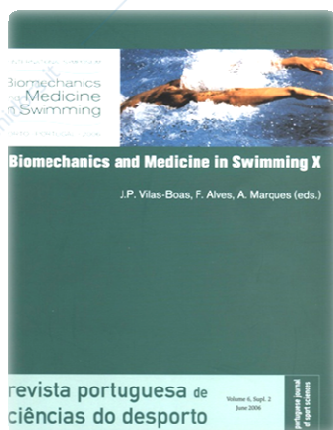
Observations were made in weekly classes grouped by age, each session lasting 30 min in the water at a temperature of 32°C. All infants required support of some type: a parent or a floating appliance. The infants' behavior was studied using two methods: (a) *Direct observation* of each infant's movements were recorded on an observation form; and (b) *indirect observations* were made through underwater videotaping or by using a 16-mm camera. Each infant passed in front of the camera during these aquatic activities.

In general, these two methods recorded the infants in three positions: vertical, prone and supine. These methods of analysis permitted a study of the infants' behavior, an analysis of the lower limb gestures and even

### Biomechanics and Medicine in Swimming X (Porto, 2006)

#### ANALYSIS AND COMPARISON OF SOME AQUATIC MOTOR BEHAVIORS IN YOUNG CHILDREN

G. Michielon, R. Scurati, G.C. Roione, P.L. Invernizzi  
Laboratory of Sports Analysis, Faculty of Exercise Sciences, University of Milan, Italy.



Several studies considered aquatic motor sequences in young children and their relations with some aspects of aquatic psychomotor development. The aim of this study was to understand if spontaneous swim movements of the child can evolve into an effective action, after a "keep doing" and a "free exploration" based methodological approach. Three groups of ten children, different in age (4-12 months, 12-24 months, 24-36 months), were studied. The presence of some motor skills pre and post a period of 10 events of free experience in a swimming pool were detected. No differences were found in the pre-post comparison within each group. Differences resulted in the comparison of the children aged 4-12 versus 24-36 months and in the children aged 12-24 versus 24-36 months.

Key Words: swimming, young children, motor behaviours.

Table 1. Comparison among groups with Mann-Whitney Test (\* =  $p < 0.05$ ; \*\* =  $p < 0.01$ ).

Characteristics	4-12 Vs. 12-24 (months)	12-24 Vs. 24-36 (months)	4-12 Vs. 24-36 (months)
Submersion		*	*
Inclined Body Position 20°-45°		**	**
Simultaneous arm movements		**	**
Alternated arm movements			*
Simultaneous leg movements			**
Alternated leg movements			**

## QUANDO INIZIARE

in genere una tendenza comune e': "tanto prima si inizia e meglio e'"

Magill (1988) definì il concetto di apprendimento ottimale come il momento della vita nel quale si e' più propensi ad acquisire una data abilità, in questo momento l'apprendimento si realizza con grande efficacia e rapidità

Questo periodo viene determinato tenendo conto di:

- maturazione del soggetto
- esperienza specifica precedente
- motivazione verso l'attività proposta
- Ambiente

### ***Critical Periods as Optimal Readiness for Learning Sport Skills***

**Richard A. Magill**

A question commonly asked by parents of young children is, If I want my child to be successful in a sport, is it important that he or she get involved in that sport as early in life as possible? This is a reasonable question given the frequent media stories about how young a particular champion athlete was when he or she began competing in that sport. The problem is, however, we do not know if that athlete is an exception or a typical champion athlete. We do not know what percentage of champion athletes started in their sports at a very young age. For the present, then, we can put aside this issue of how common early sport involvement is for champion athletes and focus on a related aspect of the early involvement question. That is, what do we know about characteristics of children that would give us some insight into determining how early they should be involved in sport?

The answers to two questions about the characteristics of children will help us better understand this early-involvement issue. First, because sport involves competition, what do we know about children's attitudes about competition and what that means in terms of their involvement in competitive sport? This important question is the focus of the next chapter by Michael W. Passer, so it will not be dealt with here. The second question, however, will provide the basis for the present discussion. That is, because an important element of sport is knowing how to perform the skills of that sport successfully, what do we know about when the child is ready to learn those skills? Taken together, information about readiness for competition and readiness to learn can provide us with a base of information from which to operate in determining whether or not it is important to involve children in sport as early in life as possible.

You have already been introduced to the readiness-to-learn issue in the preceding chapter by Vern Seefeldt. The approach in this chapter will be to amplify some of Seefeldt's points, as well as to add some different perspectives. Specifically, this approach will be to look at the readiness question by considering two related questions. First, do certain

Magill, R. A. (1988). Critical Periods of Optimal Readiness for Learning Sport Skills. In R. A. Magill & M. J. Ash (Eds.), *Children in Sport* (pp. 535). Champaign, IL: Human Kinetics.

## Studi di riferimento

Blansky, Parker, Bradley, Ong (1995)

per riconoscere con sufficiente approssimazione il momento più opportuno per apprendere a nuotare analizzarono i risultati di 326 bambini australiani, con età compresa tra i 2 e gli 8 anni, partecipanti ad un programma di insegnamento natatorio, le variabili considerate furono:

- età di inizio delle lezioni
- numero di sessioni realizzate per raggiungere l'obiettivo
- età in cui i bambini impararono a nuotare

il test di verifica dell'acquisizione della capacità natatoria consisteva nel: *saper nuotare per 10 metri a crawl con respirazione laterale*

### **Children's readiness for learning front crawl swimming.**

Blanksby BA, Parker HE, Bradley S, Ong V.

Aust J Sci Med Sport. 1995 Jun;27(2):34-7.

Department of Human Movement, University of Western Australia.

#### **Abstract**

This study attempted to establish whether an optimal age could be identified at which children were ready to learn the front crawl swimming stroke. The variables examined were: the number of lessons, the age of commencing lessons and the time duration for learning to swim 10m front crawl (Level 3). Longitudinal records of 326 children, aged between 2 and 8 years, were analysed using General Linear Model two-way (Age x Sex) analysis of variance procedures. The main effect for age was significant ( $p < 0.001$ ) for all three variables. Post hoc analysis revealed that the children who started at 5 years of age received significantly fewer number of lessons and took shorter duration compared to those who commenced learning to swim at an earlier age. Whether pupils started lessons at 2, 3 or 4 years of age, they achieved Level 3 at approximately the same mean age of 5 1/2 years. The optimal readiness period was identified in this study to be between 5 and 6 years of age. There was little evidence of gender differences for all three variables.

#### **Abstract**

Questo studio ha cercato di stabilire se una età ottimale è stato possibile identificare in cui i bambini erano pronti ad imparare la parte anteriore stile di nuoto crawl. Sono state esaminate le variabili: il numero di lezioni, l'età delle lezioni Cominciando e la durata di tempo per imparare a nuotare 10m crawl frontale (Livello 3). Record longitudinale di 326 bambini, di età compresa tra 2 e 8 anni, sono stati analizzati utilizzando Modello lineare generalizzato a due vie (Età Sesso x) analisi delle procedure di varianza. L'effetto principale per età è risultata significativa ( $p < 0,001$ ) per tutte e tre le variabili. Analisi post hoc ha rivelato che i bambini che ha iniziato a 5 anni di età hanno ricevuto un numero significativamente inferiore di numero e ha preso lezioni di breve durata rispetto a quelli che hanno iniziato imparando a nuotare all'età All'inizio di quest'anno. Gli alunni che ha iniziato le lezioni in anni 2, 4 o 3 di età, hanno raggiunto il livello 3 al all'incirca la stessa età media di 5 1 / 2 anni. La période disponibilità ottimale è stato identificato in questo studio per essere compresa tra 5 e 6 anni di età. C'era poca evidenza delle differenze di genere per tutte le variabili Tre.

### **Media dei risultati ottenuti nello studio sull'apprendimento natatorio**

Di Blansky Et Al. (1995)

#### **I RISULTATI: lo studio dimostrò che:**

- ✓ i bambini che iniziarono il programma di apprendimento all'età di 5 anni utilizzarono un numero significativamente inferiore di lezioni per raggiungere l'obiettivo citato rispetto ai bambini di età inferiore
- ✓ i bambini di 2,3,4 anni d'età poterono conseguire l'obiettivo tecnico approssimativamente nello stesso momento, quando raggiunsero mediamente i 5 anni d'età

ETA' D'INIZIO ANNI (MESI)	N° SOGGETTI	N° LEZIONI SVOLTE	ETA' OTTENIM.OBIETTIV O (MESI)	MESI NECESSARI OTTENIM.OBIETTIV O
2 (32,1)	24	110,6	67,1	36,1
3 (42,2)	39	84,3	67,1	25,2
4 (53,7)	60	54,1	69,2	15,5
5 (65,1)	74	38,6	75,3	9,9
6 (77,7)	64	28,7	85,3	7,5
7 (88,5)	42	18,0	93,0	4,6
8 (101,2)	23	14,7	103,7	3,0

gli autori definirono, in questa analisi, come momento ottimale per apprendere l'abilità' analizzata, **l'età compresa tra i 5-6 anni**, senza incontrare differenze significative tra i due sessi.

**Allora a che età è più opportuno insegnare i pre-requisiti delle abilità natatorie?**

**Starting age and aquatic skill learning in young children: mastery of prerequisite water confidence and basic aquatic locomotion skills.**

Parker HE, Blanksby BA.  
Department of Human Movement, University of Western Australia.  
Aust J Sci Med Sport. 1997 Sep;29(3):83-7.

**Abstract**

This study examined whether an optimal starting age emerged for acquiring water confidence (Level 1) or basic aquatic locomotion skills (Level 2). Analysis of 264 children between 2 and 7 years of age was made by examining numbers of lessons, age at reaching a given standard and the time duration required for each swim level. At 4 years of age, children demonstrated the ability to achieve the levels of water confidence and basic locomotion skills whereas earlier introduction to aquatic instruction did not translate into earlier mastery of these basic skills.

**Abstract**

Questo studio ha esaminato se l'età ottimale di partenza per l'acquisizione di familiarizzazione con l'acqua emersa (Livello 1) o di competenze di base locomozione acquatica (Livello 2). Analisi di 264 bambini tra i 2 e 7 anni di età è stata fatta esaminando i numeri di lezioni, all'età di raggiungimento Data una standard e la durata di tempo richiesto per ogni livello nuotare. A 4 anni di età, i bambini dimostrano la capacità di raggiungere i livelli di familiarizzazione con l'acqua e le abilità di base locomozione mentre in precedenza l'introduzione all'insegnamento acquatici non si è tradotto in padronanza tesi precedenti di competenze di base.

**Parker e Blanksby (1997)** con uno studio su 264 bambini australiani, con età compresa tra i 2 e i 7 anni, indagarono qual'è l'età di inizio ideale per acquisire la confidenza con l'acqua e gli schemi motori di base acquatici, i dati raccolti rilevano che i benefici della introduzione prematura alle attività natatorie **non si traducono** in un più rapido ed efficace dominio degli schemi motori di base acquatici nei bambini più piccoli, all'età **di 4 anni** gli alunni dimostrarono un progresso significativamente più rapido nell'apprendimento dei pre-requisiti delle abilità acquatiche e gli alunni **più piccoli di 4 anni** conseguirono anch'essi, in modo completo, gli obiettivi previsti intorno all'età di 4 anni.

Livello	Comportamento
1. Entrata non volontaria, dimostra paura all'acqua.	Ovvia espressione di paura incluso con pianto o rifiuto nell'entrare nell'acqua.
2. Entrata volontaria, ma indecisa con un po' di paura.	Espressione di rifiuto a entrar nell'acqua, ma questo non interferisce con le attività di immersione e entrata in acqua in movimento.
3. Entrata volontaria senza paura all'acqua.	Non mostra espressione di paura o rifiuto e ciò non interferisce nelle abilità acquatiche.

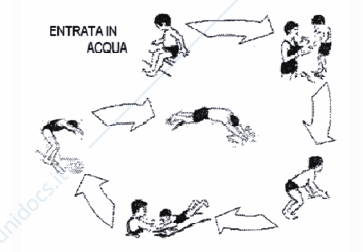


Fig. 13. sequenza in immagini dell'entrata in acqua (P. Blanksby e H. Parker, 1997).

Livello	Comportamento
Non galleggia.	Il bambino non galleggia nell'acqua e mostra paura.
Galleggia con aiuto.	Il bambino galleggia nell'acqua con aiuto di un adulto.
Galleggia con materiale.	Il bambino galleggia nell'acqua mentre si appoggia su un materiale ausiliario o con minimo aiuto di un adulto.
Galleggiamento senza aiuto e senza materiale.	Il bambino mantiene il galleggiamento usando l'acqua come unico supporto.



Fig. 14. sequenza in immagini del galleggiamento (P. Blanksby e H. Parker, 1997).

Livello	Comportamento
1. Respirazione riflessa.	Il bambino mantiene la respirazione quando la testa è nell'acqua.
2. Prende e butta fuori acqua con la bocca.	Il bambino volontariamente prende acqua con la bocca e riesce a buttarla fuori.
3. Immersione volontaria della testa.	Il bambino si bagna una parte della testa, o mediante l'uso delle mani o immergendola direttamente, mantenendo brevemente la respirazione (1-4 secondi).
4. Ripete la respirazione mantenuta.	Il bambino può ripetere l'immersione e il mantenimento della respirazione mentre è nell'acqua.
5. Prolunga il mantenimento della respirazione o il ritmo respiratorio col.	Il bambino mette insieme respirazione col nuoto, mantenendo il ritmo durante 5 o più respirazioni.



Fig. 15. sequenza in immagini della posizione del corpo (P. Blanksby e H. Parker, 1997).

Livello	Comportamento
1. Verticale.	Tronco tra i 90° e 45° dalla superficie.
2. Inclinato.	Tronco tra i 44° e 20° dalla superficie.
3. Obliquo.	Tronco tra i 19° e 10° dalla superficie.
4. Orizzontale.	Il tronco si mantiene a meno di 10° da superficie.



Fig. 15. sequenza in immagini della posizione del corpo (P. Blanksby e H. Parker, 1997).

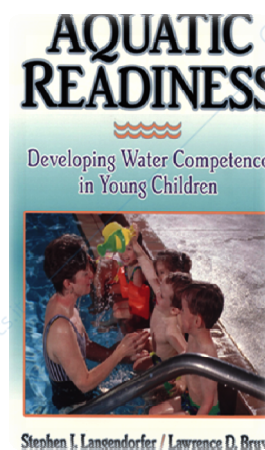


Figura 16. sequenza in immagini delle azioni delle braccia (Lansendorfer e Bruy, 1995).

Livello	Comportamento
no azioni di braccia	Le braccia non vengono usate in forma attiva; trovano lungo i lati del corpo o in avanti.
Poca spinta discendente	Rapido e piccola spinta discendente quasi senza azione di gita.
Lunga tirata come un remo.	Azione iniziale discendente, seguita per una tirata verso dietro con le braccia distese.
aumento della propulsione	Le braccia entrano in acqua impulsando verso dietro in forma accentrata disegnando una "S" con il gomito alto.



## L'EVOLUZIONE ACQUATICA

variabili che condizionano la fase di relazione con l'acqua	AMBIENTE:	materiale; predisposizione della piscina
	GENITORI	informazioni; vissuto; comportamenti (forcing; iper - protezione;...)
	BAMBINI:	età; vissuto; condizionamenti; alimentazione; numero
	ACQUA:	temperatura
	ANIMATORI	
	METODOLOGIA	
	ORGANIZZAZIONE CORSI	

### Ambiente

è fondamentale avere un ambiente accogliente: l'ingresso, gli spogliatoi, i bagni, il bordo vasca, impressionano il piccolo.

<u>LA PISCINA</u>	☺ non eccessivamente grande,
	☺ caldo,
	☺ colorato con tinte calde,
	☺ silenzioso,
	☺ con immagini di pupazzi e bambini

<u>GLI SPOGLIATOI</u>	devono essere sufficientemente riscaldati
	devono esserci fasciatoi
	devono esserci bidoni per pannolini
	devono esserci vasini/bagni
	devono esserci scaldabiberon
	devono esserci phon
	deve esserci un angolo gioco
deve esserci un luogo dove i baby possono alimentarsi e riposarsi dopo la seduta in acqua	

<u>IL BORDO VASCA:</u>	predisporre un angolo gioco con secchi, annaffiatoi, catini pieni d'acqua, bambole (non mettere oggetti di vetro)
	passando dallo spogliatoio al bordo vasca e, al termine della lezione, e' preferibile evitare in un primo tempo di doccia i bambini che non sono abituati ( <i>k. wilke; g. zeiss</i> )

<u>ATTREZZI</u> di familiarizzazione o ludico	<b>deve attirare l'attenzione del bambino</b> per la sua forma, per i suoi colori, per le sue caratteristiche
	<b>alcuni esempi:</b> bambole; animali; innaffiatoi; secchi; bottiglie di plastica con tappi; bicchieri di carta; barchette; palloni; palloncini; cannuce; piombi colorati; scivoli...
	<b>deve sollecitare le azioni di:</b> versare; riempire; travasare; innaffiare; fare galleggiare; fare affondare; spingere; lanciare; scivolare; aprire e chiudere;...
	<b>Favorisce</b> il contatto con l'acqua
	<b>Attenzione:</b> se l'impiego è eccessivo e prolungato possono: limitare l'immaginazione del bambino; disperdere l'attenzione

### I genitori

<b>La riunione preliminare</b> deve avere luogo precedentemente alla prima seduta in piscina e i contenuti dovranno ruotare attorno alle seguenti informazioni:	1. sensibilizzazione
	2. richiesta di collaborazione
	3. consigli pratici

**Sensibilizzazione dei genitori**

1. Utilizzo di documenti diversi
  - foto/diapositive
  - relazioni d'esperienze
  - analisi documentata di studi scientifici inerenti l'attività' precoce in ambiente acquatico
  - disegni
  - films
2. Chiarificazione degli obiettivi del corso
3. Prospettare incontri e riunioni periodiche
  - analizzare dubbi, richieste
  - mostrare nuovi filmati,
  - verificare l'andamento dell'apprendimento
  - dare consigli "mirati"
  - organizzare incontri a tema

**Richiesta di collaborazione**

Informare i genitori che il loro comportamento influenza l'evoluzione acquatica dei loro figli, gli errori più grandi da evitare (Azemar, 1990) sono:

- Essere ansiosi, contratti, timorosi (inibisce il desiderio di conquista dei bambini)
  - Essere autoritari, pretendere troppo (il bambino si sente impotente, insicuro, ha paura del giudizio, si demotiva).
4. Chiedere di compilare la scheda generale
  5. Due consigli per i genitori
    - FARE FOTO E FILMS i bambini in seguito si rallegreranno a guardare le esperienze fatte
    - TENERE UN DIARIO annotare avvenimenti positivi e negativi, consentirà di ricavare osservazioni importanti relative a tratti comportamentali e dell'io del proprio bambino.

**Consigli pratici**

relativi all'abbigliamento

- GENITORE (costume, ciabatte, cuffia, accappatoio)
- BAMBINO (costumino a pantaloncino, non in plastica, ciabattine, accappatoio)

relativi all'acqua e ad alcune relazioni fisiologiche del bambino

- I bambini non devono trascorrere troppo tempo in acqua
- Se si evidenziano segni di cianosi (pallore, labbra viola, chiazze) o di adinamia (poco attivo) vanno fatti uscire immediatamente dall'acqua, vanno asciugati, riscaldati e subito alimentati

relativi all'alimentazione

- Pranzo pre-piscina
- Merenda post-piscina

<b>PRINCIPI METODOLOGICI PROPOSTI DA M. MONTESSORI</b>	<u>aiutatemi ad agire da solo</u>	<input checked="" type="checkbox"/> creare un ambiente sicuro <input checked="" type="checkbox"/> frenare la propria impazienza di adulti <input checked="" type="checkbox"/> rispettare i tempi di apprendimento individuali
	<u>non fate al mio posto</u>	<input checked="" type="checkbox"/> il bambino deve esplorare e fare la sua esperienza <input checked="" type="checkbox"/> lasciare che il bambino cerchi, sperimenti, raggiunga lo scopo della sua azione <input checked="" type="checkbox"/> non fare al posto del bambino per "mancanza di tempo" o perché si pensa non sia in grado di farcela
	<u>non siate assenti</u>	<input checked="" type="checkbox"/> e' grazie alla disponibilità e alla "base di sicurezza" che il bimbo può lanciarsi alla scoperta del mondo circostante <input checked="" type="checkbox"/> la base deve essere stabile e non tradire richieste e aspettative del bambino <input checked="" type="checkbox"/> occorre incoraggiare, essere sensibili agli exploit personali e provare piacere quando le sue capacità evolvono

<b>SCHEDA DI CONOSCENZA SPECIFICA DEL COMPORTAMENTO DEI GENITORI IN ACQUA</b>	madre	padre
il genitore in acqua è nervoso ed apprensivo con il figlio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
In acqua il genitore incoraggia il figlio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Il genitore asseconda le iniziative del figlio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Il baby ha una scarsa relazione con il genitore?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Il genitore pretende risultati immediati dal figlio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le modalità di presa in acqua del genitore sono sicure?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

ANNEXE 2 - Grille d'observation adoptée pour la présente étude.

Centre de Pédagogie Expérimentale de l'INSEP Date : \_\_\_\_\_

**Grille d'observation**  
Interactions parents/enfants  
(bassin de natation)

\_\_\_\_\_

. Durée de l'observation : \_\_\_\_\_  
 . Auteur de l'observation : \_\_\_\_\_  
 . Nom de l'enfant : \_\_\_\_\_  
 accompagné par . sa mère   
 . son père   
 . autre personne   
 (la désigner) \_\_\_\_\_

I - Observation du nourrisson	Décompte des unités de comportement
a) <u>Recherche de proximité et de contact avec les parents</u>	
b) <u>Regards vers les parents</u>	
c) <u>Regards vers l'eau, les objets ou les autres enfants</u>	
d) <u>Gestes vers l'eau, les objets, ou les autres enfants</u>	
e) <u>Actions vers l'eau, les objets ou les autres enfants</u>	

II - Observation des parents	Situation de départ	Attitude générale				
		I	II	III	IV	V
		Expectative active	Incitative	Manipulative	Autoritaire distante	Surprotectrice
<u>1er accompagnateur (le plus engagé)</u>	à 1 m.					
<u>2e accompagnateur (facultatif : le moins engagé)</u>	à 2 m.					

**Studio di riferimento** (Azemar, 1990)

**CAMPIONE TOTALE:**

- 1295 bambini di età inferiore a 5 anni
- 2495 genitori
- 393 bambini di età inferiore all'anno

**IPOTESI:**

verifica effetto interazione genitori sull'acquisizione degli schemi motori di base acquatici

**RISULTATI:**

le diverse modalità d'intervento influiscono in modo determinante sulla qualità dell'esperienza acquatica

## I bambini

### La comunicazione

Per comunicare con i babies più piccoli è indispensabile utilizzare la mimica e il contatto fisico per rinforzare le esecuzioni enfatizzando i successi

(*Bauermeister*):

- ✓ Spalancare gli occhi per la sorpresa
- ✓ Bocca aperta per un immaginario "ooohhh"
- ✓ Sorridere
- ✓ Abbassare la testa in segno di "sì"
- ✓ Stringere le guance
- ✓ Utilizzare un'alta tonalità della voce per lodare
- ✓ Rinforzare le parole dette con dei gesti e con l'espressione degli occhi
- ✓ Invitare il bambino a leccare l'acqua, mordere gli oggetti
- ✓ Osservare gli occhi dei babies sono il termometro dei sentimenti; uno sguardo di paura significa "stop"

### Come comportarsi

- ✓ **Occorre essere calmi, tranquilli, rassicuranti e utilizzare prese sicure**
- ✓ Secondo *Bauermeister*, i **bambini non hanno paura dei giochi proposti, ma solo del giudizio e della critica negativa**. I genitori devono fare capire chiaramente che non si aspettano che il bambino possa superare la prova "poiché è molto ma molto difficile e solo pochi bimbi a quell'età ci possono riuscire". Se si elimina il timore dell'insuccesso l'esercizio sembra più facile. Anche bimbi di 18-22 mesi vogliono dare prova di essere "capaci" e "pronti"
- ✓ **Il giocare, provare sorpresa e meraviglia** (utilizzo del materiale ludico), facilitano il distacco dai genitori e minimizzano la paura di trovarsi lontani da loro.
- ✓ **Lode apprezzamento per un risultato** ("questo gioco lo hai fatto veramente molto bene") rinforzano la fiducia, la sicurezza in sé stessi e stimolano a ripetere l'esperienza. Azioni e risultati che passano inosservati possono condurre ad una diminuzione della fiducia in sé stessi ed alla svogliatezza. La lode non deve essere sempre la stessa perché altrimenti crea assuefazione. Carezze, mimica e tono della voce devono confermare il proprio apprezzamento verbale.

### L'alimentazione

#### per la prima fascia fino a 1 anno

Prima di andare in piscina si devono fornire le energie necessarie per affrontare l'attività:

- ✓ Un'ora prima si possono utilizzare zuccheri ad assimilazione lenta (latte e farina di legumi, latte e semolino con un cucchiaino di zucchero, purea di patate al latte con poca carne macinata per i più grandi.)
- ✓ Se manca poco, prima della seduta, zuccheri ad assimilazione rapida (una banana schiacciata con zucchero e yogurt, omogeneizzato alla frutta, frullato di frutta).
- ✓ Dopo la seduta il bambino ha generalmente freddo; occorre fornire zuccheri che forniscano velocemente calore (frutta, succo di frutta, bevanda zuccherata, latte zuccherato). È fondamentale farlo bere molto.

#### per la seconda e terza fascia (1-3 anni)

il bambino ha un limite di riserva energetica, quindi all'inizio della seduta occorre che abbia un massimo di riserve.

a questo proposito e' possibile fornire:

- ➔ se fa un pranzo normale zuccheri a lenta fornitura di energia (patate, pasta, riso, pane, ecc. 2 ore prima della seduta);
- ➔ se fa una merenda zuccheri a media/veloce assimilazione (miele, marmellata, biscotti secchi, mela, ecc. 1 ora prima della seduta)

**dopo l'attività' occorre compensare con una merenda le perdite energetiche dovute al movimento ("gli sforzi fanno venire fame")**

all'uscita dall'acqua si devono fornire zuccheri a veloce/media assimilazione:

- un succo di frutta

poi... a scelta:

- frutta secca o scioppata
- yogurt zuccherato o crema zuccherata
- merendina (plum cake; pane e cioccolato; caramelle; gelatine; canditi; brioches o panini al latte)

**SCHEDA DI CONOSCENZA GENERALE PER NUOTO BABY**

- Nome e cognome allievo
- Età
- Peso
- Altezza
- Dati su gravidanza
- Professione padre
- Professione madre
- Esperienze precedenti del baby in acqua
- Il padre sa nuotare?
- La madre sa nuotare?
- Motivazione dell'iscrizione al corso

**L'acqua**

**consigli generali**

- 🔔 l'acqua deve avere una temperatura di 30/32°
- 🔔 i bambini non devono trascorrere troppo tempo in acqua
- 🔔 se si evidenziano segni di cianosi (pallore, labbra viola, chiazze) o di adinamia ( poco attivo) vanno fatti uscire immediatamente dall'acqua, vanno asciugati, riscaldati e subito alimentati

<p><b>la termoregolazione</b></p>	<p><u>caratteristiche fisiologiche dei bambini piccoli</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🔔 il sistema di termoregolazione e' poco maturo</li> <li>🔔 la pelle e' sottile e riccamente vascolarizzata (cattivo isolamento termico)</li> <li>🔔 hanno poca energia immagazzinata sotto forma di grasso</li> <li>🔔 la temperatura alla superficie del corpo e' di 33 gradi centigradi</li> </ul>
	<p><u>caratteristiche dell'acqua</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>🔔 alta conduzione termica (25 volte più dell'aria)</li> <li>🔔 fa disperdere calore se e' più fredda del corpo</li> </ul>
	<p><u>abituaire il bambino all'acqua attraverso il bagnetto giornaliero</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>☑️ Abituarlo alla temperatura di 32/33°</li> <li>☑️ Abituarlo alla presa delle mani dei genitori (sotto le ascelle, alla nuca, sotto il petto)</li> <li>☑️ Abituarlo ad una più grande quantità di acqua nella vasca da bagno al posto della vaschetta per baby</li> <li>☑️ Abituarlo al contatto e gioco con un genitore nella vasca da bagno</li> <li>☑️ Abituarlo ad indossare le mutandine impermeabili necessarie per ragioni di igiene nella piscina</li> </ul>

## L'animatore

### ruolo e atteggiamento dell'animatore

- La sua preoccupazione principale deve essere l'osservazione del bambino di fronte al compito.
- Occorre essere consapevoli che "nell'attitudine" e "preparazione" all'acqua non esistono risposte giuste o sbagliate, esiste solo la reazione personale del bambino d'innanzi alla situazione che viene proposta.
- Deve fare riproporre le situazioni che risultano più stimolanti per i bambini.
- Deve sapere quando proporre nuove situazioni che portano a nuove scoperte.
- Deve saper gestire eventi, reazioni sempre nuove e impreviste.
- Deve tener conto di tempi, ritmi, interessi dei bambini.
- Nella prima fascia d'apprendimento (fino ad un anno), l'informazione deve passare dall'animatore alla figura materna. L'animatore, anch'egli in acqua, deve creare un rapporto di fiducia massima con i genitori.
- Nella seconda e terza fascia (1-3 anni), l'animatore inizia a creare un rapporto diretto con il bambino agendo sulla sua curiosità e stimolandolo, attraverso il gioco, a richieste e "avventure" più difficili.
- Deve saper trasmettere, attraverso la propria persona, benessere, distensione, libertà, piacere, sicurezza.
- Deve evitare di comunicare inquietudine, ansia, sforzo doloroso.
- Deve annotare nomi, caratteristiche, reazioni alle differenti situazioni proposte, progressi, .....

#### una considerazione

Per insegnare ai babys non occorre essere dei bravi insegnanti di nuoto ma occorre sensibilità, capacità di immedesimarsi e dare motivazione. (*Bauermeister*)

- Occorre amare i bambini, saper intuire i loro bisogni, essere amorevoli.
- Divertimento, moine, versi, movimento giocoso in acqua sono molto più importanti che voler fare apprendere velocemente a nuotare.
- Periodi di stasi e regresso sono quasi sempre il risultato di richieste troppo gravose o negative.

### La metodologia

<b>Tipologie</b>	<b>SOAVI:</b>	<i>Fael - pratiche Laisser-Faire</i>	rispetto del bambino e delle sue possibilità
	<b>ADATTIVE:</b>	<i>Cirigliano</i>	osservare, analizzare, scegliere la strategia pedagogica
	<b>PSICOMOTORIE:</b>	<i>Diem; Azemar</i>	materiale, molteplici possibilità in acqua
	<b>PRESPORTIVE:</b>	<i>Vallet</i>	galleggiamento dorsale autonomo, immersione completa
	<b>FORTI:</b>	<i>Bauermeister; Fouace; Pedro Franco</i>	sopravvivenza

<b>Approccio</b>	<u>PRIMA FASE:</u>	I genitori ed i bambini agiscono liberamente ed eseguono attività d'esplorazione e di sperimentazione sugli oggetti, sull'acqua, sul corpo. L'animatore mantiene un clima rassicurante ed osserva i comportamenti di genitori e baby	<i>Questo procedimento consente di inserire, all'interno di un approccio il più spontaneo possibile, l'apporto di fasi più strutturate e quindi di creare nuove situazioni.</i>
	<u>SECONDA FASE:</u>	L'animatore stabilisce un bilancio a partire dalle sue osservazioni, poi può proporre sia un prolungamento della situazione iniziale, modificata e arricchita dai suoi consigli, sia delle situazioni nuove.	

## L'organizzazione

### Tipologia delle sedute

#### 1) sedute di libera esplorazione

- questo tipo di organizzazione e' conveniente quando si vuole esplorare e incoraggiare la ricerca personale delle possibilità offerte dall'ambiente e da un materiale nuovo
- si utilizza questo approccio anche quando si vogliono osservare i comportamenti, la relazione, l'interazione tra genitori e bambini
- a partire da queste osservazioni, le proposte verranno individualizzate

#### 2) sedute collettive basate su racconti fantastici, sulla scoperta guidata e sull'imitazione (il livello del gruppo deve essere omogeneo)

- l'animatore valorizza, all'interno di situazioni più strutturate, i suggerimenti che egli ritiene più interessanti e offre a tutti i genitori e bambini la stessa attività nello stesso tempo
- questa situazione implica la necessità di un accordo tra animatori e genitori sulle fasi di lavoro (unità didattiche) che devono diventare oggetto di una attenzione particolare

#### 3) sedute in gruppo

*i gruppi possono essere formati seguendo diversi criteri:*

- GRUPPI D'INTERESSE E AFFINITA': l'ambiente viene suddiviso in differenti laboratori, relativi alla stessa unità didattica; i genitori e i bambini si orientano verso l'attività' che in primo luogo li attira maggiormente, successivamente, vanno (oppure no) negli altri laboratori
- GRUPPI DI LIVELLO DIFFERENTE: in funzione delle loro possibilità, dei loro progressi, i bambini vengono orientati verso l'uno o l'altro laboratorio

### proposte operative

1. Esplorare, scoprire, conoscere l'ambiente circostante, giocare con l'acqua
2. Entrare in acqua
3. Esplorare lo spazio acquatico
4. Giocare dentro l'acqua
5. Utilizzare sostegni vari per stare sull'acqua
6. Utilizzare sostegni vari per muoversi in acqua
7. La scoperta del limite aria-acqua
8. Le immersioni
9. L'attività di gruppo
10. L'uscita dall'acqua

### ipotesi di base

<u>Durata del corso:</u>	<b>16 lezioni</b>
<u>Lezioni settimanali:</u>	<b>2</b>
<u>Durata delle lezioni in acqua:</u>	<b>30'</b>
<u>Suddivisione in 3 fasce d'età:</u>	<b>dai 3 mesi all'anno; da 1 a 2 anni; da 2 a 3 anni</b>
<u>presenza della figura materna:</u>	<b>indispensabile</b>
<u>Presenza della figura paterna:</u>	<b>se possibile</b>
<u>Parere medico:</u>	<b>Consulenza di un pediatra</b>
<u>Numero di allievi per animatore:</u>	<b>4 – 6</b>
<u>certificato medico:</u>	<b>si</b>