

# CORSO ISTRUTTORI DI NUOTO

SWIM DIFFERENT



# Acquaticità

Giochiamo con l'acqua

# Acquaticità neonatale

Il triangolo perfetto:  
Acqua, mamma e baby

# Caratteristiche dell'impianto

- Un'attività di nicchia
- Una vasca con acqua media, con temperatura di almeno 32° e un ambiente esterno caldo e accogliente
- Uno spogliatoio attrezzato con nursery
- Spazi acqua riservati solo a questa attività (acqua ferma), ambiente silenzioso e tranquillo, giorni e orari a doc (allattamento e sonno)
- Personale qualificato e specializzato.

# Caratteristiche dell'istruttore

- Ottima preparazione (le mamme fanno tante domande)
- Molto tranquilli, sereni e sicuri, dovete infondere coraggio e molta sicurezza
- Ricordate ai genitori il pannolino o costume contenitivo
- Essere molto attenti a ciò che succede, rispettare i tempi e le esigenze dei bambini
- Creare un ottimo rapporto con i genitori, di completa fiducia. Siate sempre pronti a dare consigli pratici in acqua e fuori (es. *i genitori le prime volte sono molto emozionati, si dimenticano anche di coprire i bimbi quando escono*).

# Da 4 mesi a 3 anni

Perché così presto ?

- Per crescere meglio, stimolo per lo sviluppo psicomotorio, efficienza fisica
- Per arricchire il bagaglio emotivo e percettivo attraverso l'esperienza di gioco in acqua
- Rilassarsi
- Aver maggior fiducia
- Rafforzare il legame reciproco con mamma e papà
- Per essere in grado di cavarsela.

# “ Imparano a nuotare, vero ? ”

## Obbiettivi del corso neonatale

- Motivare i genitori perché portino con costanza i bimbi
- Risvegliare nel genitore la capacità di rapportarsi con entusiasmo e in forma ludica con i loro bimbi
- Incoraggiarli a comunicare con *intelligenza emotiva*, accettando le emozioni proprie e dei bimbi, sdrammatizzando le ansie, le paure e riducendo le elevate aspettative.

# *Ad ogni età la sua capacità*

I bambini hanno uno sviluppo psicomotorio (interessa la sfera cognitiva, emotiva-sociale e motoria) che segue determinate tappe e noi ne dobbiamo conoscere le caratteristiche.



# La prima volta in acqua

L'importanza della presa sul bimbo

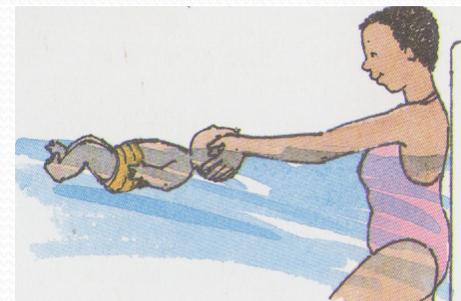
Il bimbo si deve sentire sicuro



Presa frontale  
(mantiene lo  
sguardo diretto  
sul mamma)



Presa da  
dietro



Presa sul dorso



Mamma sul  
dorso

Altre prese:

- Presa a freccia;
- Presa ad anello (posizione prona);
- Presa sul dorso (mano testa, mano sedere)

# 1, 2, 3 soffio e....

## La prima immersione

Il riflesso di apnea è un riflesso ancestrale, va risvegliato perché latente, in seguito alla vita terrestre.

Non si chiude la bocca ma l'epiglottide.



1,2,3 soffio



Immersione



Uscita

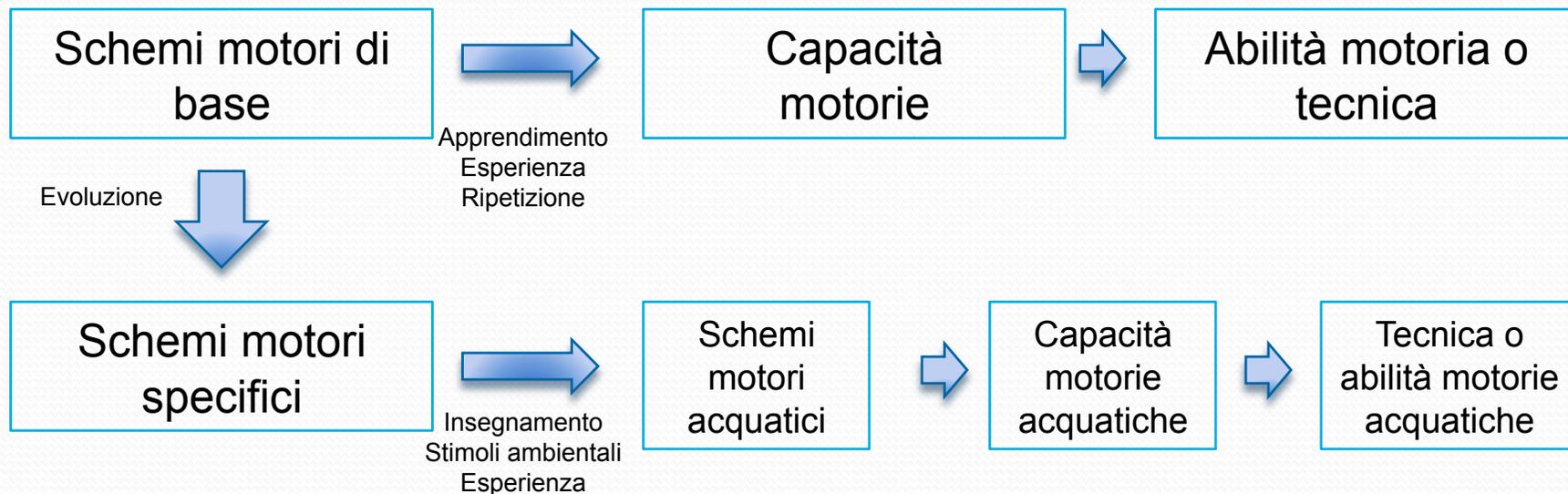
# Acquaticità 3-5 anni

Schemi motori acquatici

# Schemi motori di base

Sono strutture motorie indispensabili per l'attività terrestre, sono innati e si sviluppano con la pratica e in maniera spontanea.

Lo sviluppo è progressivo, per stadi, ogni stadio necessita del precedente ed avviene con la pratica, senza particolare attenzione alla qualità del gesto.



# Schemi motori di base

## Terrestri

- Strisciare
- Rotolare
- Camminare
- Correre
- Saltare
- Lanciare
- Afferrare



## Acquatici

- Immersione del corpo
- Immersione del capo
- Apertura bocca e occhi
- Respirazione
- Rilassamento
- Galleggiamento
- Scivolamento



# Caratteristiche

## Terrestri

- Sono ereditari e fanno parte della memoria della specie
- Dipendono dalla maturazione nervosa e dell'apparato locomotore
- Si sviluppano in sequenza
- Ogni schema include il precedente
- Si sviluppano in base agli analizzatori.

## Acquatici

- Acquisizione per stimolazione dell'ambiente
- L'unico innato è il riflesso di apnea
- Dipendono dalla morfologia, peso specifico, mobilità articolare, maturazione del sistema nervoso
- Si sviluppano in base agli stimoli ricevuti
- Una schema può non includere il precedente
- Evolvono in base a una nuova ristrutturazione degli analizzatori, nuovo ambiente.

# Acquaticità o Ambientamento?

Acquaticità		Ambientamento
Conoscere l'acqua, primo approccio, autonomia minima. Distacco dal genitore	<b>Obbiettivi</b>	Creare una nuova motricità un nuovo equilibrio
Costruzione di alcuni schemi motori	<b>Fine</b>	Costruzione di tutti gli schemi motori
Dai 3 ai 5 anni	<b>Età</b>	Dai 5 anni in avanti
Acqua	<b>Strumenti</b>	Acqua
Gioco e immedesimazione	<b>Mezzo</b>	Attività ludica più finalizzata
Dentro l'acqua	<b>Insegnante</b>	Fuori dall'acqua
Braccioli, tubo o supporti	<b>Supporti</b>	Nessuno (muro)

# Il gioco è...?

- Una attività libera e volontaria
- Definalizzata, si gioca per il piacere di giocare
- Separata dalla vita ordinaria
- Dall'esito incerto e non scontato
- Regolata: ogni gioco ha obiettivi e regole definite

**La grande sfida è rendere l'apprendimento divertente**

# Giochiamo con l'acqua

3 anni  
4 anni  
5 anni  
6 anni



Gioco  
Esperienza



Acqua  
Ambiente



Schemi motori  
acquatici



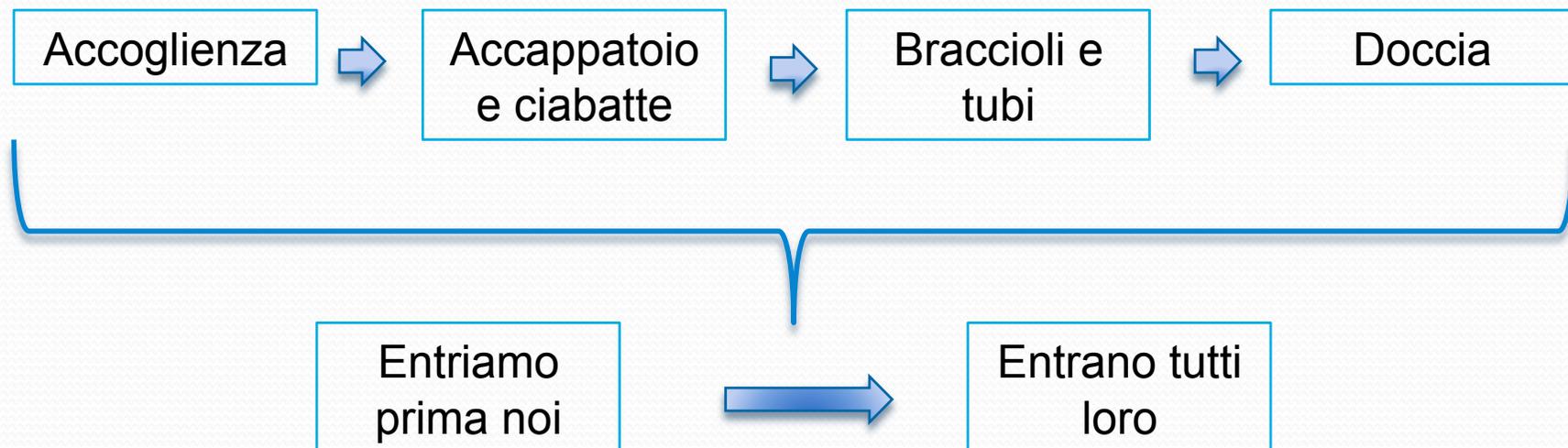
# Noi istruttori di acquaticità



Comunicazione  
Parte integrante dei loro pensieri e dei loro giochi

# Accoglienza...e autonomia

## Life skills



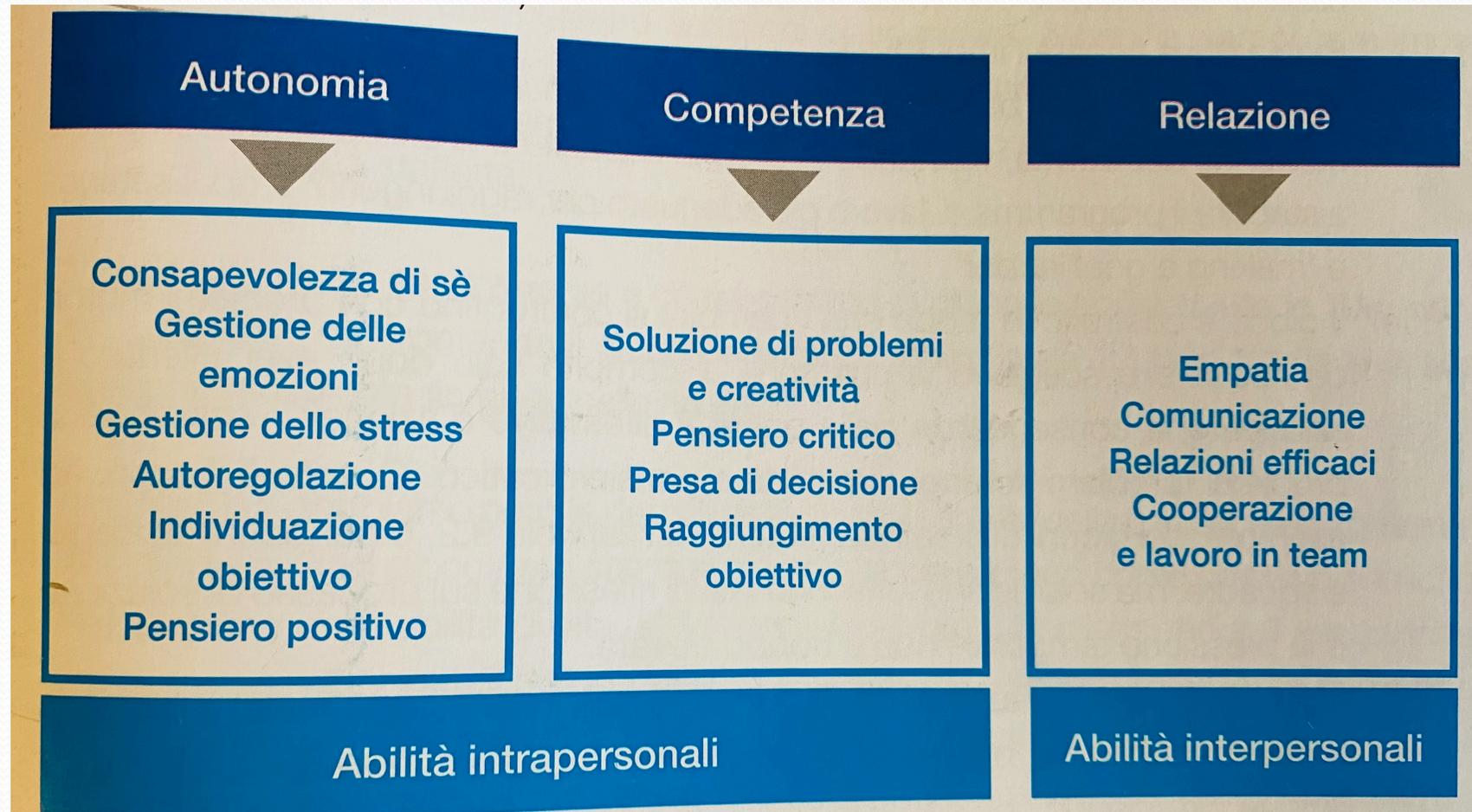
I gruppi sono spesso numerosi per vostra e loro sicurezza mettete i braccioni a tutti, se siete in acqua alta. Attenzione ai ribaltamenti. E non fidatevi di quello che vi dicono i genitori. Tenetene conto, ma mettete in sicurezza tutti. Lavorate più tranquilli.

# Bravi, è ora di andare a casa



Accertarsi che abbiano mamma o papà

# LIFE SKILLS



# La ricetta giusta



Lavorate in  
spazi stretti



Sempre sorridenti veri,  
entusiasti e  
sdrammatizzate tutto



Lontano dalla  
visuale dei  
genitori



Osservate per imparare  
da loro



Create  
l'atmosfera  
giusta



Spronare e incoraggiare  
**TUTTI** fino  
all'esaurimento



*Fateli sentire  
importanti  
e fate squadra*



*Non abbiate fretta di  
raggiungere dei risultati.  
Questi bimbi sono il vostro  
futuro*

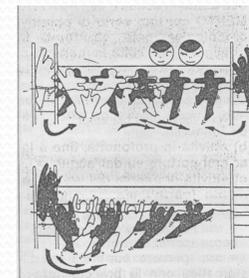
# Lavoro in acqua alta



In acqua alta  
mettete in  
sicurezza.  
Sostegno fisso



Mettete in sicurezza.  
Sostegno facilmente  
removibile



Via il sostegno, i bimbi  
devono sostenersi con  
la propria forza



Attenzione ai ribaltamenti e  
perdita del sostegno



Attenzione perdita  
della presa

# Il lavoro in acqua alta

Entrata in acqua  
con bracciali o  
tubo

- Seduti sul bordo (tubo ascelle) con le nostre mani
- Tubo nell'acqua, con le nostre mani
- Tubo nell'acqua, planando
- Con il materasso
- Piccolo tuffo da in piedi con le nostre mani (tubo nell'acqua)
- Tuffo da soli, tubo ascelle
- Tuffo da soli, tubo in acqua
- Con il materasso
- Con lo scivolo

E l'immersione ?

Per caso fortuito, la fate succedere.

# Giochiamo insieme

- Usate bicchieri, scola pasta, spruzzi e fontane d'acqua, per bagnare il viso ai bimbi
- Le prime immersioni avvengono per puro caso
- Immergetevi con loro
- Fateli passare sotto il *ponte di baracca* (il vostro braccio o la corsia)
- Usate il vostro corpo come sostegno e supporto ( caricatevi sul vostro dorso, caricatevi sulle spalle, prendeteli in braccio, fate giravolte, fate voi il ponte per arrivare alla corsia, lanciatevi verso il muro o la corsia, create la scia, ecc...)
- Fateli passare sotto le vostre gambe
- Toccate il fondo insieme a loro

# L'acquaticità è...



Divertirsi e  
imparare a imparare



Divertirsi, divertire,  
osservare e motivare

Conoscere e capire l'acqua