

# Bobasy jak szałwicy

Data publikacji: 6.04.2007 0:00

□

*- Woda to naturalne środowisko dla każdego niemowlaka. Sześciomiesięczny maluch nie potrafi jeszcze chodzić, ale w basenie - po serii zajęć - bez problemu utrzyma się na powierzchni - przekonuje **Edyta Klimek**, która wraz z **Adamem Kinem** od lutego prowadzi w Skoczowie szkołę pływania dla... bobasów.*

Do niedawna widok rodziców baraszkujących w wodzie ze swymi kilkumiesięcznymi pociechami wprawiał innych w osłupienie. Obecnie bobasy, utrzymujące się na wodzie jedynie przy pomocy dmuchanych rękawków dziwią coraz mniej. Moda na rodzinne pływanie przybyła do nas z Zachodu, a zalet tej formy rekreacji jest ponoć tyle, ile badań naukowych nad rozwojem niemowląt i małych dzieci.

*- Mimo to w Polsce nadal jest to młoda dyscyplina, która dopiero się klaruje. Przede wszystkim brakuje fachowej literatury. Oczywiście książek o pływaniu jest mnóstwo, ale napisanych z myślą o maluszkach praktycznie nie ma prawie w ogóle. Dlatego póki co, instruktorzy opierają się na autorskich programach i własnych doświadczeniach - mówi E. Klimek, która sama jest absolwentką wychowania fizycznego Uniwersytetu Szczecińskiego oraz trenerem pływania drugiej klasy.*

Instruktorka nie ma jednak wątpliwości, że zalet wczesnego osvajania dziecka z wodą jest mnóstwo. Zajęcia w basenie pomagają niwelować ewentualne wady postawy. Uczestniczące w nich maluchy stają się także bardziej odporne na infekcje.

*- W wodzie pracują wszystkie mięśnie, przez co stają się one mocniejsze i stwierdzono, że dzieci szybciej zaczynają chodzić - mówi E. Klimek.*  
*- Dziecko szybciej się rozwija, lepiej radzi sobie w sytuacjach problemowych, szybciej się uczy i adaptuje do nowych warunków zewnętrznych - przekonuje z kolei A. Kin, który studiuje na czwartym roku fizykoterapii Akademii Wychowania Fizycznego w Katowicach.*

Jego zdaniem, w trakcie zabawy rodzina bardziej się również integruje. *- Na początku nie wszystkie dzieci czują się pewnie w wodzie, ale obecność rodziców pomaga im przełamać strach. Dzięki temu rodzą się naprawdę mocne więzi emocjonalne - tłumaczy A. Kin.*

Instruktorzy, którzy swoje szkoły prowadzą w Skoczowie, Pawłowicach i Radlinie, przekonują, że w „lekcjach pływania” mogą brać udział już 3-miesięczne maluszki. Pływalnia musi jednak spełniać kilka wymogów. Przede wszystkim jego niecka nie może być głęboka, a woda musi być ciepła (minimum 31 stopni Celsjusza). Przekonują też, że zajęcia wcale nie polegają na nauce techniki pływania. Oczywiście starsze dzieciaki poznają podstawowe elementy pływania, ale dla maluszków ma to być przede wszystkim doskonała zabawa i osvajanie z wodą.

*- W półgodzinnych zajęciach uczestniczy niemowlę i jeden rodzic. Do każdego dziecka podchodzimy indywidualnie, dlatego jeżeli coś skrabowi nie wychodzi, nie musi tego robić. Małe dziecko bazuje jednak na odruchach bezwarunkowych zapamiętanych jeszcze z okresu życia płodowego. Niemowlak czując ruch wody na skórze automatycznie zaczyna kopać nóżkami i czasami robi to symetrycznie, jak do „żabki”, czasami zaś asymetrycznie, jakby jeździło na rowerku - tłumaczą trenerzy i dodają, że nowe środowisko i związany z nim brak punktów podparcia, sprawia, że dziecko otrzymuje całą gamę nowych bodźców korzystnie wpływających na jego rozwój.*

*- Normalnie półtoroczne niemowlę leży na plecach albo na brzuszku. Podpiera się przy tym rękami i jest stabilne. Tymczasem w wodzie dziecko nie ma się o co oprzeć. Dlatego musi zacząć tak napinać mięśnie, by zachowywać się niemal jak szałwik. To dla niego naprawdę duże wyzwanie - stwierdza A. Kin.*