



Program autorski  
Mariusz Janusz

**Autorski program wczesnego stymulowania rozwoju psychomotorycznego dzieci do 4 roku życia w środowisku wodnym przygotowujący do nauki pływania „Pływanie dla najmłodszych”.**

**Informacje dla rodziców dzieci biorących udział w zajęciach „Pływanie dla najmłodszych”**

- I. Zajęcia skierowane do dzieci najmłodszych, ich rodziców w wodzie o głębokości 0,4 – 1,2 m głębokości i temperaturze wody 29 st. C.
  - a. docelowo planowany podział na trzy grupy wiekowe

1 m-c do 6 m-cy
7 m-cy do 2 r. ż
3 r.ż. do 4 r.ż.
- II. **Warunki uczestnictwa.**
  - Pozytywna opinia lekarza pediatry o braku przeciwwskazań do podjęcia nauki pływania w basenie publicznym.
  - Zgoda rodziców (opiekunów dziecka) na aktywny udział w zajęciach (wejście do wody), konieczna jest obecność jednego opiekuna do jednego dziecka.
  - Przestrzeganie regulaminu basenu (m.in. pieluszka wodoodporna), wniesienie opłaty wpisowej i systematyczne regulowanie należności za rzeczywisty udział w zajęciach.
- III. **Organizacja zajęć.**
  - W jednym cyklu spotkań zawiera się 12 jednostek lekcyjnych 40 min. Na zajęcia w wodzie przeznaczają się od 30 do 40 min. w zależności od stopnia zaadaptowania dzieci do środowiska wodnego.
  - Zajęcia odbywają się 1 x w tygodniu, czwartek godz. 17.00 na krytej pływalni (basen rekreacyjny) Aquarius w Myślenicach.
  - Rodzice (opiekunowie) przygotowują dzieci i siebie do wejścia do wody na 10 min. przed rozpoczęciem zajęć.
  - Rodzeństwo wnosi opłatę wpisową w wysokości 100% pierwsze dziecko, 80 % drugie dziecko, 50 % każde kolejne dziecko.
  - Należność reguluje się na końcu miesiąca za rzeczywistą frekwencję na zajęciach.
- IV. **Cele kursu początkowego**
  - Oswojenie się ze środowiskiem wodnym
  - Zdobywanie podstawowej umiejętności samodzielnego zachowania się i poruszania w wodzie z pomocą skrzydełek pływackich
  - Nauczanie umiejętności kontrolowanego oddychania i zachowania się w sytuacji zanurzenia głowy.

- Stymulowanie rozwoju psychomotorycznego dziecka w oparciu o założenia metody integracji sensoryczno – motorycznej.
- Hartowanie, uodpornianie na zachorowania w obrębie górnych dróg oddechowych.
- Stworzenie atmosfery wspólnej zabawy dającej radość i zadowolenie zarówno dzieciom jak i ich opiekunom
- Zredukowanie do odpowiedniej, zdrowo rozsądkowej granicy tzw. „lęku przed wodą”