



Un coach pour mon bébé

29

Depuis plusieurs années, l'Association In Extremis, sous la houlette de son directeur, « Coach Olivier », s'est spécialisée dans l'activité Bébés Nageurs.



Implantée à Aubagne et à Aix, l'activité a lieu tous les dimanches matins, encadrée par une équipe expérimentée, pluridisciplinaire, impliquée dans l'eau et auprès des parents et de leurs enfants, de 4 mois à 4 ans !

Qualité du cadre

L'exigence de base repose sur le choix du bassin : propreté, ambiance chaude, déco et jeux multicolores pour stimuler les enfants, et surtout une eau à 32° traitée non pas au chlore mais à l'Ozone pour le confort de tous, une odeur neutre, et une peau douce à la sortie du bain !



Inviter les 2 parents

« Coach Olivier » défend l'idée de permettre aux 2 parents l'accès à l'activité ! On fait un enfant à 2, c'est normal de l'élever aussi à 2. Chacun son rôle, celui du papa, celui de la maman... d'ailleurs, les parents apprennent finalement autant que les enfants dans notre activité, ne serait-ce que se rassurer pour les plus inquiets et les moins « aquatiques », ou pour découvrir les capacités insoupçonnées de leurs enfants !



Une Pédagogie Positive...

La méthode est basée avant tout sur le plaisir, le jeu et surtout sur le comportement de l'enfant, y compris à 4 mois. Et bien sûr, ce comportement est en lien direct avec la relation Parents/Enfants. Si ceux-ci sont inquiets et surprotecteurs, l'enfant va capter ses émotions et être plus craintif de la nouveauté, et le « coaching » est alors là pour rassurer, mettre en confiance, et créer le « changement », pour l'enfant et donc aussi pour ses parents...

4 étapes essentielles

Avant 1 an : permettre par le jeu la redécouverte de l'apnée réflexe

Entre 1 et 2 ans : redéclencher le pédalage réflexe...

Entre 2 et 3 ans : permettre à ce pédalage de devenir efficace

A partir de 3 ans : l'enfant utilise de plus en plus ses appuis palmaires (mains) et parvient à nager tête hors de l'eau...

Et tout ça bien sûr avec une priorité avant toutes les autres :

Le jeu, et le plaisir partagé de l'eau, un grand moment de convivialité en famille !

Club PAMPLEMOUSSE Aubagne

Club ACTIFORM pôle d'Activités d'Aix les Milles

www.inextremis.eu

Tél. 06 60 04 16 74

