

Přínosy plaveckého výcviku v předškolním vzdělávání



Plavecký výcvik není jen důležitým krokem v prevenci před utopením, má také rehabilitační a relaxační účinky, ale v předškolním věku může také významně pomáhat v **budování samostatnosti, zodpovědnosti a sebevědomí dítěte...** pokud si tento potenciál ovšem uvědomíme a správně celou věc uchopíme.

Vše začíná již doma při přípravě na plavecký výcvik. Malý plaváček si doma z počátku podle seznamu, později ideálně z paměti, připravuje věci na další den. Vybírá si osušku (některé děti vůbec netuší s čím na bazén přišly), přidává plavky a koupací čepici, přidá také lahev na pití (vodu si může natočit až ve školce), děvčata hřeben, který netahá, a vše vkládá do nepromokavé tašky do batůžku. Pokud si z počátku neví rady, obrátí se s prosbou o pomoc při přípravě na rodiče (to neznamená, že to rodič sbalí za něj, ale nasměruje ho tam, kde má potřeby na plavání hledat).

Ráno si dítě při odchodu z domu nasazuje batoh na záda a nese ho až do mateřské školy. Je to jeho batůžek a dítě je dostatečně zdatné, aby jej uneslo (na bazén ho také nese samo, navíc pokud bere batoh rodič, obvykle dítěti vytáhne jeden z ramenních popruhů a chudák plaváček pak má s batohem problémy).

Po příchodu do MŠ si dítě vyndá lahvičku a jde si napustit vodu. S rodičem pak překontrolují, že lahev neteče a společně ji umístí na vhodné místo do batohu. (to je příležitost zjistit, že lahev nebo batoh zůstali doma, dítě většinou je).



Při odchodu na bazén paní učitelky vyzvou děti, aby si batoh vzaly. Na bazénu se děti převlékají samostatně, případně s dopomocí (plavky, čepice). Oblečení si skládají na hromádku, ručník a plavky vkládají do společného koše, odkud si je po plavání vyždímané opět berou a ukládají je do nepromokavé tašky stejně jako navlhlý ručník, případně další potřeby. Pokud se náhodou stane, že dítě něco na bazénu zapomene, je velká pravděpodobnost, že bude-li to podepsané, zase se to na recepci najde. Telefon na recepci: +420 251 550 259

Po výcviku má třída 30 minut na to, aby vyrazila zpět do mateřské školy na oběd. Tento čas se odpočítává od vylezení z bazénu a obsahuje také chvíli na dosušení mokrých vlásků. Jedna paní učitelka suší hlavy, druhá má dohled nad ostatními dětmi. Děti, které nemají koupací čepici se suší jako poslední, neboť by péče o ně vyčerpala veškerý čas pro ostatní.



Paní učitelky dělají maximum pro to, aby děti odcházely co nejsušší, i tak by ale měly mít teplé čepice, které vyfoukané hlavičky ochrání před nachlazením.

Věříme, že se nám vše povede zvládnout. Pokud máte jakékoli obavy, konzultujte je s námi. Podpořit děti můžete také tím, že si doma ze samostatného balení uděláte hru. Každý si půjdte sbalit svůj batoh na plavčo (dospělý i dítě), a pak budete spolu vyndávat, jestli máte všichni totéž. Dítě obvykle potěší, pokud dospělý na něco zapomene a ono to pomůže napravit. Nebo vás možná napadne ještě další zábavná varianta (třeba omylem přidat rukavice :-D).

Těšíme se na spolupráci, plavání zdar!

