

Z niemowlakiem na basen? Im wcześniej, tym lepiej!

Czy wiesz, że umiejętności nabywane przez niemowlę podczas zajęć na basenie okazują się później bardzo pomocne w nauce w przedszkolu, czy szkole?

Pływanie należy do takich aktywności ruchowych, które w sposób wieloraki wpływają na rozwój dzieci. Tymczasem w świadomości wielu osób funkcjonuje przede wszystkim jako umiejętność zwiększająca poczucie bezpieczeństwa w wodzie lub prostu dyscyplina sportowa, forma rekreacji. Dobrze i to, bo każdy powód, żeby zabrać dziecko na basen jest dobry, tym niemniej warto ten temat zgłębić nieco bardziej. Bo korzyści z takiej formy aktywności jest więcej niż można się spodziewać.

Pomyślny rozwój różnych późniejszych umiejętności dziecka takich jak rysowanie, pisanie, czy nawet zajmowanie się sobą zależy w dużej mierze od aktywności ruchowej już na bardzo wczesnym etapie życia. Oswajanie niemowląt z wodą to jeszcze nie pływanie, ale tak jak pływanie jest już pewną formą aktywności fizycznej. Zajęcia na basenie pomagają dzieciom rozwijać różne umiejętności zarówno z zakresu motoryki dużej (angażującej całe ciało), jak i małej (związanej z pracą dłoni i palców) poprzez takie ćwiczenia jak chwytanie zabawek w wodzie jedną ręką, skoordynowane używanie obu rąk, czy ocenianie odległości o przedmiotu – np. przy łapaniu piłeczki unoszącej się na wodzie. Basen niezwykle skutecznie rozwija więc koordynację ruchowo-wzrokową dzieci.

Wiele osób nie zdaje sobie jednak sprawy, że idąc pływać ze swoim maleństwem inwestują nie tylko w rozwój fizyczny maluszka, ale i psychiczny. Najlepiej udokumentowane badania wpływu wczesnego oswojenia z wodą niemowląt i małych dzieci na ich późniejsze możliwości rozwojowe przeprowadziła prof. Robyn Jorgensen, znana na świecie badaczka procesów nauczania i edukacji z Uniwersytetu w Canberrze, która przewodniczyła zespołowi badaczy australijskiego Griffith Institute for Educational Research zajmujących się wpływem i korzyściami wynikającym z nauki pływania w wieku wczesnodziecięcym. Naukowcy przez trzy lata systematycznie ankietowali rodziców blisko 7 tys. dzieci w wieku do 5 lat z Australii, Nowej Zelandii i Stanów Zjednoczonych. Badania pokazały wyraźnie, że dzieci, które od najmłodszych lat uczestniczą w nauce pływania, opanowują wiele umiejętności wcześniej, niż ich niepływający rówieśnicy! Okazało się, że dzieci które od małego uczęszczały na regularne zajęcia oswojenia z wodą bądź nauki pływania są lepiej rozwinięte pod względem językowym, intelektualnym i socjalnym.

Pływające dzieci wypadają lepiej m.in. w zadaniach wymagających koordynacji ruchowo-wzrokowej, np. cięciu papieru, kolorowaniu obrazków, przerysowywaniu linii i kształtów. Według naukowców dzieci te mają także większą zdolność wyrażania myśli, niż ich niepływający rówieśnicy, jak również ogólne lepsze umiejętności w zakresie literowania, liczenia oraz logicznego i matematycznego myślenia. Badania wykazały też, że maluszki z „wodnym stażem” lepiej radzą sobie w określaniu i rozumieniu kierunków. Badania zespołu prof. Jorgensen jasno wykazały więc, że zajęcia na basenie kształtują umiejętności, które są bardzo przydatne w kolejnych etapach nauczania oraz przy przejściu z nauczania przedszkolnego do szkolnego.

Norbert Lewandowski