

VerbanoNews

Le news del Lago Maggiore

Il primo tuffo visto con gli occhi di un bambino

Damiano Franzetti · Wednesday, July 13th, 2022

L'**ambiente acquatico**, che sia quello del mare, del lago o della piscina, può intimorire i bambini. **Non tanto per la presenza dell'acqua, ma per tutto il contorno:** rumore, temperatura esterna ed interna e via dicendo. Un bambino che arriva in piscina per la prima volta può rimanere intimorito; proprio per questo è importante che sia il bambino stesso a scegliere i tempi e i modi per avvicinarsi a questa nuova dimensione.

«L'ambientamento è un momento fondamentale per la qualità della relazione che il bambino instaura con l'acqua» spiega **Roberto Guazzi**, uno dei fondatori di **Nilo Progetto Acquaticità Asd**, associazione **affiliata a Uisp** che opera nella piscina New Swim di **Castiglione Olona** e in quella dell'associazione Il Seme di **Cardano al Campo** «È importante non forzare i bimbi ad entrare in acqua, ma **aiutarli ad eliminare eventuali tensioni** stimolando la loro curiosità, camminando alla scoperta della piscina, favorendo i primi contatti con i giochi che sono sul bordo vasca, osservando i bambini già in acqua».

Questo approccio dolce, che deriva dalla **scuola francese della F.A.E.L., richiede pazienza**, ma generalmente porta a buoni risultati. Forzare un bambino, immergendolo anche se piange o si ribella, può invece sviluppare nei piccoli ansia e repulsione verso l'elemento acquatico. Lavorare sull'acquaticità nei **mesi invernali** consente, generalmente, di arrivare all'estate con un **bagaglio di competenze che dà confidenza al bimbo** e lo aiuta a interagire con l'ambiente acquatico. È vero che non è mai troppo tardi per entrare in piscina, e che anche da adulti, con costanza e tanto impegno, si può imparare a nuotare. Ma iniziare a muoversi in acqua **nella più tenera età è importantissimo per imparare a galleggiare** e a muoversi con naturalezza.

«I bambini piccoli, **da zero a tre mesi, ricordano la loro vita nel grembo** materno e, con l'aiuto di un istruttore, senza quindi ricorrere all'improvvisazione, possono **facilmente recuperare la capacità di nuotare**, che nelle prime fasi della vita è un riflesso condizionato. L'ideale, infatti, sarebbe che un bambino iniziasse subito, appena nato, ad essere riavvicinato all'acqua, cosa che però richiede una serie di condizioni esterne non facili da ottenere, come la temperatura dell'acqua molto calda e un ambiente tranquillo e accogliente – continua Guazzi – **Il giusto compromesso è dai tre mesi di età**. Importante poi coltivare le competenze, con **continuità fino almeno ai 3 anni**, in modo da rendere l'acqua un elemento amico, in cui sentirsi a proprio agio».

Giocare in acqua, standovi **semplicemente seduti dentro, pescando oggetti che galleggiano**, guardando dentro tubi o provando a camminare su passatoio galleggianti sono soltanto **alcuni dei tanti modi che aiutano i bimbi** a capire l'acqua, imparando a riconoscerla ed ad amarla,

superando i timori.

SPECIALE UISP – Tutti gli articoli su VareseNews

This entry was posted on Wednesday, July 13th, 2022 at 7:50 am and is filed under [Bambini, Sport](#). You can follow any responses to this entry through the [Comments \(RSS\)](#) feed. Responses are currently closed, but you can [trackback](#) from your own site.