c?estlice pruhonice KENNY 2010 copy:Sestava 1 23.8.2010 18:59 Stránka 1

„PLAVÁNÍ“ KOJENCŮ
DÁREK NA CELÝ ŽIVOT

Evu Kiedroňovou a programy Baby clubu Kenny v překrásném rekreačním areálu Park Holiday v Praze-Benicích již rodiny s malými dětmi dobře znají. I ta nejmenší miminka si tu mohou společně s rodiči užívat příjemně vyhřátý vodní svět se slanou vodou...

Doslova jako rybičky ve vodě se cítí děti, které absolvují kurzy pro vodníčky, plaváčky či želvičky. První krůčky ve vodě dělají pod pečlivým dohledem instruktorek miminka již od šesti týdnů. Řada rodin sem dojíždí z nejrůznějších částí Prahy, ale i ze širokého okolí. „Kurzy plavání maminek s malými dětmi jsem přivítala,“ říká Lenka Kavříková, která dojíždí do Benic se svou malou Emičkou až z Humpolce. „Začínaly jsme ve vaničkách když měla malá dva měsíce, nyní už plaveme v bazénu. Zkoušeli jsme podobný kurz i jinde, ale tady je to mnohem lepší. Na Kenny nedám dopustit. Vyzkoušeli jsme několik klubů, ale vrátili jsme se zase zpět do Kenny, kde se nám moc líbí, kde mají kurzy nejvyšší úroveň, nejlepší metodiku a milé a zkušené instruktorky,“ shodují se i ostatní rodiny.

V letošním roce to je již pětadvacet let, kdy se u nás začalo s organizovaným plaváním maličkých od kojeneckého věku. U zrodu této aktivity stála Eva Kiedroňová, zakladatelka kojeneckého plavání a autorka metodiky, kterou dodnes obdivuje celý svět. Své znalosti a zkušenosti předala stovkám plaveckých instruktorů a díky obrovskému zájmu jsou dnes Baby cluby Kenny téměř po celé republice. Metodika Evy Kiedroňové je založena na láskyplné hře rodičů s dítětem ve vodním, plně psychicky i fyzicky otužujícím prostředí, při níž mu věnují svůj čas, lásku a pozornost. Velmi příjemným a rodiči oceňovaným výsledkem je zdravé, spokojené a šťastné dítě, které dobře prospívá, jí i spí.

Evy Kiedroňové jsme se zeptali:

Kdy je podle vás nejvhodnější začít s miminkem plavat?
Čím dříve, tím lépe, nejlépe od narození. Dítě je na vodní prostředí, v němž žilo po dobu devíti měsíců, přirozeně adaptováno, a proto z něj nemá strach. Můžeme tak plynule navázat na podmínky, v nichž žilo v nitroděložním životě. Začít se však dá kdykoliv. Raději později než vůbec. V podstatě není nikdy pozdě.

Kde a jak tedy doporučujete začít?
Nejlepší je začít už v době těhotenství, kdy se rodiče na příchod dítěte teprve připravují. Vřele doporučuji absolvovat ještě před narozením kurz Něžná náruč rodičů, kde se dozvědí všechny informace a na panence nacvičí potřebné dovednosti. Ihned po narození mohou rodiče kontaktovat odbornou instruktorku Baby clubu Kenny a požádat o lekce v domácím prostředí, kde se vše doučí se svým vlastním dítětem, s ohledem na fyzické možnosti rodiče i malého kojence. Teprve poté doporučuji začít docházet do organizovaných kurzů a nechat se vést skutečně profesionálním a zkušeným odborníkem. Je škoda každé chybičky, která může vést k trvalým následkům pohybových projevů dítěte či jeho vztahu k vodě. I proto se naše instruktorky Baby clubu Kenny neustále školí, absolvují nejrůznější kurzy a dále si zvyšují kvalifikaci.

Jak takové „plavání“ s novorozenci vypadá?
„Plavání“ s novorozencem je především něžná hra rodičů s dítětem ve vodním prostředí. Začínáme v dětské vaničce, teprve později ve velké vaně. S dítětem i ve vodě hrajeme za doprovodu písniček, básniček, říkadel a škádlivek v souladu s jeho motorickou vyspělostí. Neustále si s ním povídáme a díváme se na ně. Nejdříve se učíme správně manipulovat na suchu. Teprve poté tyto zkušenosti uplatníme při „plavání“ nebo při společné koupeli rodiče s dítětem, která je také nejlepší průpravou na pozdější výuku plavání rodičů s dětmi v bazénu.

Kdy se dítě naučí plavat?
První plavecké pohyby se děti obvykle začínají učit až kolem devátého desátého měsíce, a to ještě pomocí her. Tříleté až čtyřleté děti už ale obvykle velice hezky plavou. Dokáží splývat, skákat do vody, orientovat se v ní a správně dýchat, je radost se na ně dívat. Plavání je prvním a nejlepším sportem, který můžeme dětem poskytnout. Navíc si rodiny s dětmi příjemně obohatí a zpestří společné chvíle a odnesou si krásné vzpomínky na celý život.

Mohou si rodiče s dětmi takové plavání vyzkoušet?
Již 8. září pořádáme společně s Parkem Holiday akci s názvem Velká show vodníčků pro rodiče a jejich děti od 6 měsíců do 6 let. Na tomto krásném místě navíc naše kurzy probíhají v bazénu s teplou, mírně slanou vodou bez chloru, která je, jak známo, daleko účinnější v boji proti mikroorganizmům vyskytujícím se v chlorované vodě. Tato voda také u dětí pozitivně působí na různá kožní onemocnění, nezpůsobuje pálení očí, mohou v ní plavat děti s astmatickými potížemi atd. Na všechny, kteří chtějí pro své děti udělat něco pozitivního a zároveň příjemného se tedy osobně těším **8. září od 16 hodin v Parku Holiday!**

Kontakt:
Park Holiday
Květnového povstání 194
Praha 10-Benice
www.parkholiday.cz
www.kenny.cz