



# NATATION

MAGAZINE

**POUR TOUT SAVOIR  
SUR LA NATATION  
ABONNEZ-VOUS !**



## NATATION

MAGAZINE

C'EST :

- > L'ACTU DE TOUTES LES DISCIPLINES DE LA FFN
- > DES RENCONTRES, DES INTERVIEWS
- > DES DOSSIERS, DES REPORTAGES
- > DES PHOTOS, DES ANALYSES
- > DES RENDEZ-VOUS, DES RÉSULTATS
- > DES RUBRIQUES, DE L'HUMOUR...

Abonnement,  
CLÉMENCE BÈGUE : 01 41 83 87 70

[www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)

## NATATION

MAGAZINE

## BULLETIN D'ABONNEMENT

A renvoyer avec votre règlement à : FFN - Département Horizons Natation, TOUR ESSOR 93 - 14, rue Scandicci - 93500 PANTIN

■ Natation Magazine : 30 € les 8 numéros/an  
soit 4,00 € le numéro !

■ Je règle :  
par chèque à l'ordre de Horizons Natation

Nom

Prénom  Age

Adresse

Ville

CP  Email

Date

Signature

# Moi, mes parents et l'eau!

**L**e 6 novembre, la Fédération Française de Natation, en partenariat avec la société Huggies Little Swimmers et les éditions du Cherche-midi, publiera *Moi, mes parents et l'eau*, un ouvrage richement illustré proposant de découvrir les principales étapes d'un éveil aquatique réussi.

SUJET RÉALISÉ PAR ADRIEN CADOT

# UNE PÉDAGOGIE POUR L'ENFANT

« Dans ce livre, nous vous proposons de découvrir l'éveil aquatique sous la forme d'une pédagogie entièrement dédiée aux jeunes enfants. A partir de ses propres expériences motrices, affectives et aquatiques, votre enfant abordera l'eau de manière singulière. Untel, blotti dans les bras de ses parents, attendra plusieurs semaines avant de se lancer dans l'exploration du bassin, tandis qu'un autre, sans crainte, se risquera à goûter l'eau avant de tenter une première immersion. Il est primordial de respecter le rythme des enfants ! Voilà pourquoi nous avons imaginé un véritable tutorat dans lequel nos propositions seraient adaptées à chaque couple enfant/parent. »

LES AUTEURS, DANIEL ZYLBERBERG ET JEAN-JACQUES CHORRIN



## PREMIERS PAS

Fluide et lumineuse, enveloppante et caressante, parfois assourdissante, parfois chantante, l'eau fascine autant qu'elle nous intrigue. Riche sur le plan sensoriel, elle l'est également sur le plan imaginaire. L'élément aquatique éveille nos craintes et nous invite au voyage. Nul n'y échappe et sa fascination s'exerce chez les adultes comme chez les plus jeunes. Ainsi, avant même toute expérience, les bébés manifestent à son égard des comportements tout aussi contradictoires. L'eau les captive, ils tentent de s'en saisir, de la goûter, mais se raidissent quand on les immerge. Face à cette onde insaisissable, le rôle des parents est essentiel ! Ils veillent à la sécurité des enfants autant qu'à leur confort. Ils sont la base du sentiment de confiance. Ils rassurent et encouragent. Le comportement exploratoire des enfants dépend d'ailleurs étroitement de cette double expérience : prise de risque et sentiment de sécurité sont les deux faces d'une même pièce et la condition d'une approche aquatique réussie.



## MOI, MES PARENTS ET L'EAU

Daniel Zylberberg &  
Jean-Jacques Chorrin  
Edition du Cherche-midi  
72 pages/14 €

Fluide et lumineuse, enveloppante et caressante, parfois feutrée, parfois chantante, l'eau fascine autant qu'elle intrigue. Nul n'échappe à sa magie, que ce soit un champion de natation de l'envergure de Frédéric Bousquet ou un jeune enfant, dont l'imaginaire fertile nourrit les premières explorations aquatiques. Les plus belles aventures ne se vivent pas nécessairement à l'autre bout de la Terre, et la simple découverte d'un nouvel élément permet de s'éveiller au monde un peu plus chaque jour. Explorer, c'est grandir, s'affirmer et gagner en autonomie ! Dans cet ouvrage pédagogique riche en illustrations exceptionnelles, la Fédération Française de Natation a mis en œuvre tout son savoir-faire pour répondre aux interrogations légitimes des parents et les aider à découvrir les différentes étapes d'un éveil aquatique réussi.



## LES EXPLORATIONS

Les plus beaux voyages ne sont pas nécessairement ceux que l'on fait à l'autre bout du monde, mais ceux que l'on entreprend en se dépassant soi-même un peu plus chaque jour. Pour l'enfant, les explorations aquatiques sont portées par son imagination. Elle le transporte loin des rivages pour rejoindre au milieu de la piscine des îles merveilleuses. Comme les héros de Jules Verne, une frite sous chaque bras en guise de vaisseau, il largue les amarres et quelques pédalages plus loin, il accoste une presqu'île avant de se hisser sur le grand tapis et d'entreprendre ses premiers pas sur le sol mouvant. Il accélère le pas et achève sa course par un saut au milieu d'une gerbe d'eau. Les apprentissages de l'enfant sont facilités par le jeu et la piscine est un vaste champ d'aventures où son imaginaire est mis à contribution. Le bassin lui permet d'exercer ses coordinations motrices, son agilité, son équilibre tout en poursuivant l'expérience de son indépendance. L'activité imaginaire ne se réduit pas seulement au mouvement, elle est l'occasion de s'évader dans une rêverie apaisante ou les jeux de « remplissage et vidage » s'exercent dans une concentration totale.



## VERS L'AUTONOMIE

La conquête de l'autonomie est une tâche ardue au cours de laquelle chaque objectif atteint se transforme en étape transitoire. Il en va ainsi de l'éveil aquatique en passant par les pré-apprentissages avant d'accéder à l'apprentissage pur de la natation. Rien ne nous prépare à nager. Construit sur un axe vertical, nous devons adopter la position horizontale et renoncer à voir ce qui est en face de nous. Marcheur ou coureur, par nature comme par nécessité, nous voilà soudain contraint de ne compter uniquement que sur nos bras pour nous mouvoir tout en apprenant à modifier notre rythme respiratoire. Ce qui se joue à la piscine, ce n'est pas tant une adaptation à l'eau que la mise en œuvre de notre adaptabilité, c'est-à-dire de notre plasticité à la fois physique, motrice et psychique. Et si nager dans l'eau ce n'était pas finalement nager dans la vie ?

HUGGIES  
**Little Swimmers**



## LE SAVIEZ-VOUS ?

Avec son maillot de bain jetable pour bébé Huggies® Little Swimmers®, le partenaire de la FFN contribue au respect de la qualité de l'eau dans les piscines. Sa barrière antifuïtes et sa matière absorbante qui ne gonfle pas dans l'eau permet la pratique de l'activité dans un confort inégalable pour bébé et en toute sérénité pour les parents. Faciles à enfiler et à enlever grâce à ses côtés détachables et repositionnables, le maillot de bain jetable Huggies® Little Swimmers® est également très apprécié pour sa praticité. Il est d'ailleurs à noter que le port d'un maillot de bain jetable est recommandé dans de nombreuses piscines, en réponse aux directives communiquées par l'AFFSET (Agence française de sécurité sanitaire de l'environnement et du travail).

