

Elementy koncepcji Halliwick wykorzystywane w pracy z dziećmi

na basenie w Centrum Nauki Pływania „Lusek”

Główne założenia metody Halliwick, które konsekwentnie stosujemy w naszych kursach to:

- tempo nauki dostosowywane jest do każdego z uczestników, z naciskiem na docenienie i doskonalenie tego, co już potrafią
- w dużej mierze wykorzystujemy zabawy, co sprawia, że dzieci chętnie wracają na nasze zajęcia
- nigdy nie stosujemy przymusu i myślimy pozytywnie

Tak w pigułce można streścić metodę i filozofię Halliwick. Nie wchodząc w jej niuanse, należy jednak dodać, że założeniem filozofii i koncepcji Halliwick jest sprawienie, żeby osoba czująca strach i obawę przed wodą poczuła się w niej dobrze i swobodnie. Chodzi o ukształtowanie solidnej podstawy do efektywnej nauki technik pływackich w przyszłości. Uczestnik kursu, w którym wykorzystuje się elementy tej koncepcji, z przebywania w wodzie będzie czerpał przyjemność a jednocześnie wykorzysta właściwości wody do świadomego przemieszczania się w niej.

Od strony technicznej, aby osiągnąć taki efekt, nasi instruktorzy podczas prowadzenia zajęć w grupach oswajania z wodą i dla dzieci, które jeszcze nie potrafią pływać, wykorzystują ćwiczenia pozwalające kontrolować najpierw oddech a następnie rotacje ciała w wodzie, przy wsparciu wyporu wody by stopniowo przejść do ślizgów i elementarnych sposobów przemieszczania się w wodzie.

Serdecznie zapraszamy na nasze zajęcia, żeby "na własnej skórze" odczuć dobroczynne i skuteczne działanie metody [Halliwick](#).