

## Um ungbarnasund

Tilgangur og markmið með ungbarnasundi er að veita markvissa örvun og aðlögun barna á aldrinum 0 - 2 ára í vatni.

Markmið með ungbarnasundi er að gefa foreldrum möguleika á með markvissri vinnu:

\*Að venja barn við vatn og köfun, auka sjálfstraust og virðingu barnsins í vatni.

\*Að barnið finni fyrir öryggi og líði vel í sundi.

\*Að venja barn við vatn sem hreyfiumhverfi.

\*Að barnið fái útrás fyrir hreyfipörf sína og örvi þar með hreyfiproska og styrk.

\*Að venja barn við ögrandi umhverfi sem hefur örvandi áhrif á sem flest skynfæri barnsins og hækkun "streituþröskuldar".

\*Að skapa umhverfi þar sem foreldrar og barn geti aukið og styrkt tengslamyndun hvert við annað.

\*Að foreldrar hittist og kynnist öðrum foreldrum með áþekk áhugamál þ.e. uppeldi og velferð barna sinna.

\*Að barn öðlist þekkingu, skilning og stjórnun á líkamanum í vatni.

\*Að foreldrar haldi athygli sinn og yfirvegum þegar þau eru í sundi eða í námunda við annað vatnsumhverfi.