

Zeitschrift:	Schweizer Hebamme : officielle Zeitschrift des Schweizerischen Hebammenverbandes = Sage-femme suisse : journal officiel de l'Association suisse des sages-femmes = Levatrice svizzera : giornale ufficiale dell'Associazione svizzera delle levatrici
Herausgeber:	Schweizerischer Hebammenverband
Band:	91 (1993)
Heft:	5
Artikel:	Ecole de natation 1ère enfance "Les Canetons" 1973-1993
Autor:	[s.n.]
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-950868

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 25.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Ecole de natation 1ère enfance «Les Canetons» 1973–1993

Ecole fondée par Jacqueline LAMBIEL en 1973.

20 ans d'expérience au service de la natation 1ère enfance.

Association Suisse des Enseignants en Natation Première Enfance.

Ecole reconnue par l'A.S.E.N.P.E. (J. Lambiel, fondatrice et présidente de l'association).

L'école des «Canetons» forme également les enseignants en natation 1ère enfance.

Natation 1ère enfance «Les Canetons» – méthode

Le méthode que je préconise est **naturelle**, (sans accessoires flottants), destinée à donner à l'enfant le plus rapidement possible la sécurité aquatique basée sur sa flottabilité, et pour le tout petit son ignorance de la position verticale. L'apnée est un **réflexe naturel** chez lui, à peine est-il immergé que ses voies respiratoires se bloquent alors qu'il garde les yeux grands ouverts.

Le travail consiste donc à ce qu'il apprenne à flotter en **position dorsale** afin d'émerger son nez et sa bouche. Si bébé a été préparé dans la baignoire familiale dès sa naissance, il va acquérir très rapidement sa position de flottabilité. Son bain sera également progressivement amené à la température de 32–34 degrés qui est presque celle de ses leçons en piscine.

Ce sont donc les parents qui jouent le rôle le plus important dans cet apprentissage, car dès qu'un palier est atteint, c'est à eux de maintenir l'acquis grâce

aux conseils des éducatrices spécialisées en natation 1ère enfance, et ainsi de permettre à bébé de ne pas se sentir abandonné par papa et maman pour qui ces leçons sont une véritable école de patience. L'expérience l'a montré, avec tous les enfants, il faut s'attendre à observer un jour ou l'autre un palier, voir une régression, dans la courbe psychomotrice.

S'il faut progresser rapidement, il n'est pas question de négliger l'un ou l'autre

des stades d'apprentissage, l'objectif n'étant pas, comme beaucoup de gens le pensent, de fabriquer des futurs champions, mais de permettre à l'enfant, qui ignore qu'il apprend à se sauver la vie, de prendre au fil des mois, un plaisir immense à se sentir libéré de la pesanteur et devenir indépendant.

Comme on peut le constater, cette méthode n'a rien de miraculeux, de compliqué ou d'horrifiant. Le plus ardu reste de convaincre chaque parent, de le rendre conscient du «cadeau» tant psychique que physique, qu'il ferait à son enfant en le conduisant à la piscine **régulièrement** dès les premiers mois de son existence.

Il n'y a guère qu'une vingtaine d'années que l'on commença à voir apparaître des écoles d'apprentissage aquatiques.

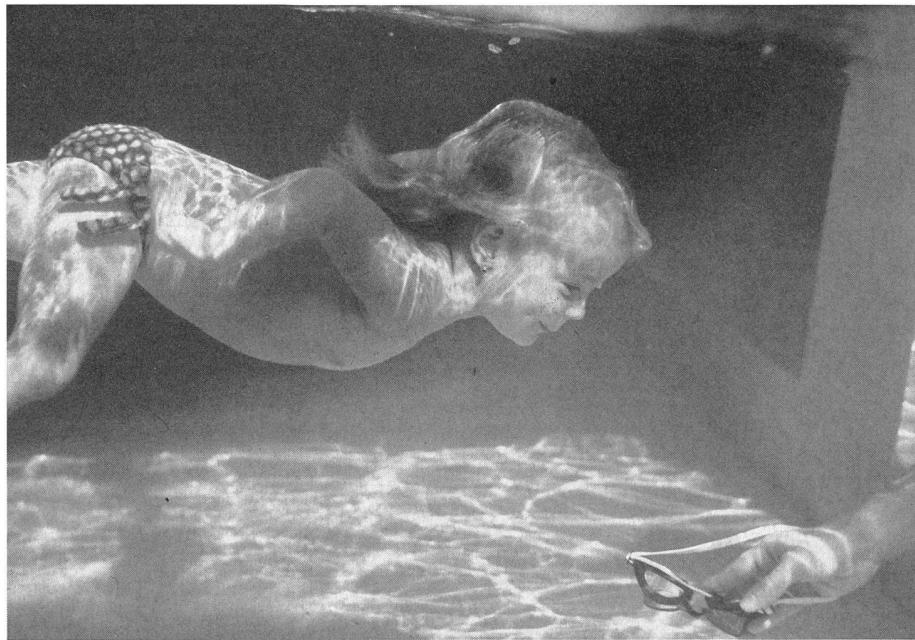
Tout d'abord en Belgique, puis en Allemagne, en France et en Suisse.



Fotos: Ecole de natation «les Canetons»

– Que peut apporter cet apprentissage à un nouveau-né?

1. Un équilibre physique plus stable
2. Une coordination des mouvements plus rapide par la connaissance de son corps
3. Les muscles de son corps travaillent en apesanteur et se fortifient
4. Il développe harmonieusement son corps, renforce l'immunité, la force de caractère, les relations parents-enfants, la créativité ludique de l'enfant



En résumé:

La valeur éducative de cet apprentissage réside dans la répartition presque égale de l'activité musculaire et le développement de la résistance physique, de l'équilibre corporel et de la force de caractère.

L'apprentissage aquatique du bébé peut débuter dès la naissance, dans la baignoire à la maison, et dès 3 mois se poursuivre à la piscine jusqu'à l'âge de 5-6 ans environ.

Pourquoi ces âges limites?

pour les tout petits, il y a une déperdition calorique très importante et surtout très rapide.

Entre 3 ans et demi et 5 ans, les enfants perdent leur réflexe de garder les yeux ouverts sous l'eau.

– L'apprentissage aquatique de bébé se fait en 3 phases principales:

1. La flottabilité qui est très rapide
2. La motricité qui est la plus longue
3. L'autonomie qui vient toute seule

La flottabilité

Nous ne leur apprenons pas à flotter, puisqu'ils ont une densité moindre que celle de l'eau, mais nous leur faisons prendre conscience de leur équilibre dorsal par rapport à l'eau, afin que leurs voies respiratoires soient à la surface de l'eau.

Une fois cet équilibre dorsal acquis, nous conditionnons le réflexe du retourement. En effet, le fait de se retourner

dans l'eau de la position ventrale à la position dorsale n'est pas inné.

Dès que bébé est capable de se remettre seul en position dorsale, dite de survie, il peut passer le test de flottabilité. Ce test consiste à faire tomber le bébé à l'eau avec ses vêtements pour qu'il se mette tout seul en position dorsale de survie pendant 15 minutes.

Lorsqu'il a atteint ce stade, nous pouvons travailler la phase suivante:

La motricité

La motricité consiste à donner à l'enfant la possibilité de se déplacer dans l'eau par lui-même avec:

un battement de jambes et des mouvements simultanés ou alternatifs des bras, selon son âge.

Les sauts et les plongeons font également partie de cette phase de motricité ainsi que la recherche d'objets au fond de l'eau.

Ce deuxième stade demande de la **patience** (n'est-elle pas le père des têtus et la mère de la vertu?)

Les enfants lorsqu'ils sont capables de sauter à l'eau seuls et de se déplacer sur 50 mètres, passent alors leur deuxième diplôme.

Dès ce moment, nous pouvons passer à la troisième phase qui est l'**autonomie**.

L'autonomie

Stade du plaisir avec un «P» aussi grand et important que celui du mot **patience**. Ce «P» du plaisir c'est la récompense des parents.

Pour information:

Sous le nom d'Association Suisse des Enseignants en Natation Première Enfance a été constituée, lors de l'assemblée du 14 février 1992 au sens des articles 60 et suivants du C.C, une association qui a son siège à Oron-la-Ville.

L'association est à but non lucratif, indépendante et neutre.

Elle a pour but de soutenir, développer, perfectionner, promouvoir et faire reconnaître la natation première enfance auprès du grand public, des professionnels et des organismes officiels, mais aussi et surtout de proposer aux parents un **«label de qualité»** par le sérieux de la formation exigée pour être admis à enseigner cette discipline délicate, au sein de l'association.

Tous renseignements peuvent être obtenus au secrétariat:

Tél. 021 907 99 88
C.P. 67, Rte de Lausanne
1610 Oron-la-Ville

A ce stade, nous travaillons:

1. les styles de nage
2. les plongeons
3. la recherche d'objets etc...

Dans cette phase de motricité, il y a tout l'apprentissage de la respiration par rapport à l'eau. Les petits apprennent à expirer en faisant des bulles. Et les images ne manquent pas puisqu'ils apprennent également à faire le crocodile, le petit chien et le petit pouce qui les amèneront au crawl ventral.

L'autonomie est aussi une phase de développement par mimétisme et par jeu. L'évolution de cet apprentissage n'est pas toujours suivi dans cet ordre. Celui-ci est très schématique et dépend de plusieurs facteurs, soit:

- des enfants
- de leur âge
- de leur caractère
- de la régularité et la fréquence des séances et surtout
- de l'attitude des parents.

La réussite de cet apprentissage dépend à 80% des parents. Les éducatrices partagent les 20% restant avec bébé.

Quelques vérités...

- L'apnée est un réflexe inné que l'on ne perd pas.
- L'enfant flotte, sa densité étant inférieure à celle de l'eau (principe d'Archimède)
- Les noyés n'ont pas d'eau dans les poumons.
- L'enfant à la naissance ne connaît pas la peur (feu, vide, eau). La peur est un sentiment qui s'acquiert par expérience ou qui est transmis.

Jacqueline Lambiel □

Liste des enseignants reconnus

Bergmeister Inge	021 907 99 88
Centre scolaire Grand-Vennes, Lausanne	
Fatio Karine	021 907 99 88
Centre scolaire Grand-Vennes, Lausanne	
Centre CEFNA, Oron-la-Ville	
Centre de l'Espérance, Etoy	
Lambiel Jacqueline	021 907 99 88
Centre scolaire Grand-Vennes, Lausanne	
Centre CEFNA, Oron-la-Ville	
Centre de l'Espérance, Etoy	
Liechti M.-Claude	021 943 15 12
Collège Clos-Béguin, St-Légier	
Mascolo Odile	021 907 99 88
Centre de l'Espérance, Etoy	
Piccard Alain	021 907 99 88
Centre scolaire Grand-Vennes, Lausanne	
Centre CEFNA, Oron-la-Ville	
Centre de l'Espérance, Etoy	

Die Unterwassergeburt

Roger Eltbogen

Dr. Roger Eltbogen arbeitet zurzeit als Assistenzarzt im Frauenspital Basel. Seit 1991 lässt er sich zum Spezialarzt für Gynäkologie und Geburtshilfe ausbilden. Die Erfahrungen mit der Wassergeburt gehen zurück auf seine Assistenzzeit am Kantonsspital Liestal.

1. Einleitung und Geschichte

Seit Jahrhunderten ist das Wasser als heilendes Mittel in unserer Kultur bekannt. Der Gebrauch hingegen während der Wehen und bei der Geburt eines Kindes geht auf ein neues Konzept zurück, welches aus der Unzufriedenheit einiger Frauen in den letzten zehn bis zwanzig Jahren entstanden ist.

Wenn wir nun zurückgehen auf historische Beschreibungen, so fällt auf, dass bereits 1805 eine Beschreibung über eine Geburt im Bad besteht. Sie wurde von einem gewissen Montpellier beschrieben, mit dem Titel «Observation sur un accouchement terminé dans le bain». Zwischen dieser Publikation und dem nächsten Schritt stehen jedoch

über 150 Jahre, während derer das Wasser keine Rolle spielte. Die Idee, eine Umgebung mit Wasser für die Geburt zu schaffen, geht auf den sowjetischen Forscher und Schwimmlehrer Igor Tscharkovsky in die frühen sechziger Jahre zurück.

Seine frühen Versuche kreisten darum, die Fähigkeit der Säugetiere, im Wasser zu gebären, zu adaptieren. Er entdeckte eine Vielzahl von Säugetieren, die trainiert werden können, im Wasser zu gebären. Während dieser Versuche beobachtete er, wie die Geburt leichter und die Entwicklung des Kindes besser gingen. Als nun seine Tochter als Frühgeburt zur Welt kam, entwickelte er eine Wasserumgebung als Fruchthöhlersatz. Obwohl die meisten Fachleute das Überleben des



Nous vous proposons une activité spécifique tout à fait adaptée à votre enfant dès l'âge de **4 mois**.

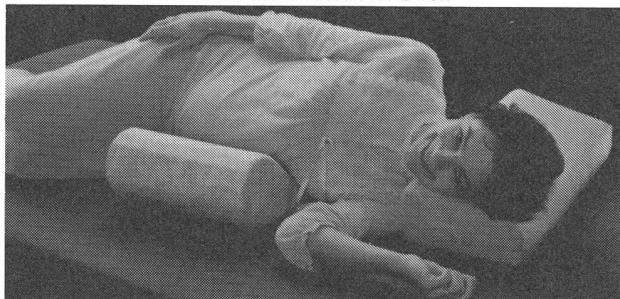
Demandez sans engagement notre documentation.

Vous cherchez à vous divertir agréablement en compagnie de votre BÉBÉ?

AQUA BABY
Querida Guichoud
Chemin des Eterpeys 3
1010 Lausanne
021 652 86 83
CONTACT

witschi-Mutterschaftskissen

das zärtliche Kissen für zwei!



Ideal ab 6. Schwangerschaftsmonat!

Schenkt der werdenden Mutter und Ihrem wachsenden Kind wohltuende Abstützung. Wirkt unangenehmen Spannungsgefühlen der Bauchmuskulatur entgegen und ist eine grosse Rückenentlastung. Und wenn das Baby einmal da ist, wird es beim Stillen als hilfreiches Rückenstützkissen eingesetzt. Mit originellem, farbigem Baumwollstoff-Bezug, waschbar, nur Fr. 49.-

Erhältlich im Sanitätshaus, Apotheken und Drogerien oder verlangen Sie unverblüfflich unseres Prospekt vom Hersteller: Telefon 01 813 47 88

witschi kissen ag 8426 Lufingen b/Kloten, Ziegeleistrasse 15