

איך לבחור שיעורי שחייה לילדים

- סביבת הלימוד ואת המדריך.
- רצוי שמספר הלומדים בקורס לא יעלה על שבעה. ככל שהילדים צעירים יותר, מספר המשתתפים צריך להיות קטן יותר.
- ודאו כי הקבוצה הומוגנית מבחינת גילים ורמת התלמידים.
- ודאו שהבריכה נקייה ועומדת בדרישות התקן של משרדי הפנים והבריאות, ושיש במקום ציוד עזרה ראשונה.
- שימו לב שיש במקום אביזרי עזר כגון מצופים, חגורות, קרשים ועוד.
- כדאי לצפות בשיעורים הראשונים כדי לבדוק אם הילד נהנה.

בקיץ הבריכה היא כילוי כמעט הכרחי. כדי לצמצם את הסיכונים, חשוב להבטיח שהילדים יידעו לשחות. הנה טיפים של המדריכה אורנה הראל לבחירת שיעורי שחייה:

- העדיפו בריכה שהפעילות בה היא ללימוד שחייה בלבד – ללא הסחות מצד קהל המתרחצים.
- חשוב ללמוד בבריכה שעומקה עד מטר אחד (לפחות בשיעורים הראשונים) כדי שהילד ירגיש את הקרקעית ויחווה ביטחון ויציבות.
- ודאו שלמדריך יש ניסיון עשיר וגישה לילדים.
- לפני שנרשמים רצוי לבוא עם הילד לבריכה כדי להכיר את



צילומים: אלעד גרשורן, יוסף שחם, שאטרסטוק