

22738056-3	05/2010	מעריב - סגנון	עמוד 26	55	22.21x14.99
עולם המים של אורי סלע - לימוד שחייה לילדי - 25680					

המשפחתון // נגה משל
signon@maariv.co.il



קופצים למים

שיעורי שחייה לקטנטנים: חוג עם ערך מוסף או סתם טרנד?

שמרפה את השרירים, לוחץ על הגוף ומוריד טונוס במידת הצורך". על ידי הרכבה פרטנית מלמד סלע גם פעוטות בני שלוש לשחות בריכה של 25 מטר.

הראל מוסיפה שהפעילות במים מחזקת אינטראקציה עם ילדים אחרים, טובה לנשימה ומשפרת סיבולת לכיריאה. לטענתה, החשיפה לבריכה בתור פעוט מקנה הרגלי מים והופכת את לימוד השחייה בגילאים מאוחרים יותר לקל בהרבה. "יש ילדים שבגיל מאוחר יותר מפתחים פוביה ממים, וניכר הברל בין פעוט שבילה במים ובין מי שמגיע ללימודי שחייה ללא ניסיון קודם. השחייה גם תורמת לביטחון ולדימוי העצמי ומרגיעה ילדים היפראקטיביים".

מדוע חוגי שחייה הפכו לטרנד?

"זה פתרון טוב בתחום התפתחות התינוק. המים נותנים תחושה נעימה והפעילות חווייתית ומהנה. השחייה מצוינת עבור ילדים הסובלים מליקויים מוטוריים ותורמת לחינוך לאורח חיים ספורטיבי ובריא".

"בריכת איילון", שדה בוקר 10,

גבעתיים, לפרטים: www.swim-

center.com; "עולם המים" של אורי

סלע - צומת גלילות, גליל ים ומרכזי

"דיאדה" במל תל אביב וברעננה,

לפרטים: www.swimming.co.il

שחיית פעוטות, המוצעת

לתינוקות מגיל שלושה חר

דשים, היא פעילות משותפת

פופולרית על הורים וצאצאיהם. אפשר

להתווכח על הצורך לטבול את הבייבי

במים ולהציל אותו - כפי שאומרים בעגה

המקצועית, אבל אין ספק שלפעילות במים

יתרונות רבים מבחינה מוטורית, חברי

תית ורגשית. "השחייה מתברת בין ההורה

לילד, ומעניקה זמן איכות שמשולבים בו

משחקים וגירוי תחושתית", אומרת אורנה

הראל, מדריכת שחייה ובעליה של "בריכת

איילון" בגבעתיים.

אורי סלע מ"עולם המים" שם דגש על

חשיבות המגע במים, ומזכיר שהתינוק

בילה תשעה חודשים במים ועבורו זה מקום

טבעי. "המים עוטפים את התינוק ויוצרים

תחושת מגע על ידי הלחץ ההידרוסטאטי