

معلومات عن التدريب على السباحة وإنقاذ الحياة في المدرسة إلى الآباء / الأوصياء

لماذا يجب أن يحصل طفلي على تدريب في السباحة وعلى إنقاذ الحياة؟

الهدف من التدريب هو أن يكون طفلك آمن بالقرب من المياه وفيها. سوف يتقن الطفل السباحة هكذا ويصبح قادرا على إنقاذ نفسه وإنقاذ الآخرين على السواء.

تسمح إجادة السباحة والمهارات المنقذة للحياة لطفلك بالتمتع بالأنشطة الترفيهية والاجتماعية في أوقات فراغهم، على سبيل المثال، السباحة مع الأصدقاء والعائلة، أو كنشاط لاكتساب اللياقة البدنية وممارسة التمارين الرياضية.

ماذا يجب أن يتعلم طفلي؟

يصبح الطفل، في جميع مراحل المدرسة الابتدائية، معتادا على المياه وتعلم السباحة بتقنيات متنوعة تحت الماء وعلى سطحها وعلى مسافات أطول. ينبغي أن يكون الطفل قادرا أيضا على طلب المساعدة، لإنقاذ نفسه وليصبح قادرا على إنقاذ الحياة في الماء. إن هذا الأمر مكتوب في المنهج الدراسي.

تصبح المدرسة، اعتبارا من خريف عام 2017، ملزمة بضمان إتقان طفلك السباحة بعد الصف الرابع.

■ ماذا يعني أن يكون الطفل متقنا للسباحة؟

يعتبر طفلك قادرا على السباحة عندما يستطيع القفز في المياه العميقة، ثم يقوم بالسباحة على مسافة 100 مترا على وجهه، وعلى الغوص تحت الماء والتقاط شيئا بيديه، والتوقف للراحة لمدة 3 دقائق (بينما يطفو عائما على وجهه، وتوجيه نفسه، والالتفاف حول نفسه، والطفو على الظهر)؛ ثم يعاود السباحة لمسافة 100 مترا على الظهر والخروج من المياه ويسير على الأرض.

كيف تقيّم المدرسة مدى إتقان طفلي للسباحة؟

يُطلب من المدرسة استخدام سبعة تمارين إلزامية لتحديد ما إذا كان الطفل قادرا على السباحة. وهكذا يتحقق ما يسمى بـ"اختبار المهارات الإلزامية". يجب أن يتم تضمين هذه التمارين في التدريب على طول الطريق، ولا يجوز إجراء اختبار واحد فقط.

تبدأ التمارين بالتمرين الأكثر سهولة أولا ثم تصبح أكثر صعوبة وتحديا في نهاية المطاف. التمرين الإلزامي السابع والأخير يحدد ما إذا كان طفلك يتقن السباحة.

ماذا يمكنني المساهمة به؟

بصفتك أحد الوالدين/الوصي، هناك عدة أشياء يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك على السباحة. يرجى ترك الطفل يلعب في الحمام تحت الدش والبانيو وفي حوض المياه للأطفال، تحت ظروف خاضعة للرقابة. دع الطفل يعتاد على الماء على الوجه وتعلم كيفية تفجير الفقاعات بالفم والأنف (على سبيل المثال "نحن الآن سوف نكون زورق" أو "نحن الآن ذاهبون لطهي البطاطس"). في نهاية المطاف يمكنكم التمرين على ممارسة الرؤية تحت الماء (ربما يُوجد كنز في القاع؟). انجز ذلك وفقا لتبيرة الطفل.

كما يشترك بعض الأطفال في دروس السباحة، أو يذهبون إلى حمام السباحة أو على الشاطئ، في أوقات فراغهم. يمكن أن يسهم هذا أيضا بشكل إيجابي في تحقيق شعور الطفل بالأمان في الماء، وفي نهاية المطاف يصبح متقنا للسباحة أيضا.

بالإضافة إلى ذلك، فمن الجميل بل من الهام إذا كنت في المنزل أمام خزانة الملابس. أن يقوم الطفل بوضع ملابسه بنفسه، وتنظيف الأشياء الخاصة به وأقل الايمان أن يتقن أخذ حمامه وحده وغسل نفسه جيدا. سيوفر هذا الوقت المستغرق أمام خزانة الملابس، وبالتالي المساهمة في المزيد من الوقت الذي يقضيه الطفل في المياه والتعليم.

كيف يجري التدريب ذاته على السباحة واناذا الحياة؟

تنظم المدارس التدريب بطرق مختلفة، ولكن من الشائع أن يسمح الفتيان والفتيات سويا، ولكن يتم الاستحمام في حمام الدش بشكل منفصل. وعادة ما يصطحب أحد البالغين من نفس الجنس صغار التلاميذ في خزانة الملابس.

ومن الشائع أيضا أن تجري أجزاء من التدريب في الهواء الطلق. ويتم ذلك من أجل اكتساب الأطفال المعارف والمهارات حول كيفية التحرك والتنقل بأمان داخل المياه وبالقرب منها.

هناك شرط أساسي بأن يتوفر دائما أحد المعلمين المؤهلين ويشترك في التدريب. ويتعين على أن يكون الشخص أو الأشخاص الآخرين المكلفين بتدريب الأطفال قادرين أيضا على السباحة ولديهم القدرة على إنقاذ الحياة. كما تُلزم المدرسة بأن تتوفر لها تدابير سلامة جيدة أثناء التدريب، بحيث يكون طفلك على ما يرام، سواء في حمام السباحة وفي الهواء الطلق.

حق التلميذ

إذا كان الطفل، أو أنت/أنتم بصفتك أحد الوالدين/الوصي، يشعر/تشعر بأنه لا يحصل على تدريب كاف في السباحة الكافية في إنقاذ الحياة، يمكنكم تقديم التماس إلى ناظر المدرسة. إذا فشلت الشكوى، يرجى الاتصال بمحافظ المقاطعة. إن مكتب حاكم المقاطعة مسؤول عن الاشراف على البلدية والمدرسة.

من يمكنه الإجابة على أسئلتني؟

اتصل بمعلم الاتصال أو بناظر المدرسة أو ممثل مجلس الوالدين ولجنة العمل FAU في المدرسة، إذا كانت لديك أسئلة حول كيفية إعداد التدريب لطفلك.