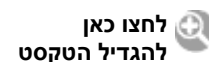




## מאיזה גיל כדאי ללמד ילדים שחייה?

כמעט כל ילד אוהב להיות בבריכה וזהו פתרון נוח לימי החופש החמים, אבל הוא גם עלול להיות מסוכן מאוד. בעקבות טביעתו של ילד בבריכה ציבורית - מתי צריך להתחיל ללמד ילדים לשחות ובאיזה שלב אפשר להשאיר אותם לבד במים ליאת עיני



### מה הקשר בין שחייה והפרעות קשב?

"גודל הקבוצה הוא פרמטר שתלוי ברמת הכניסה של הילד בתחילת הקורס ובסוג הקורס שאליו נרשמים. ככל שהילדים צעירים יותר הקבוצות לרוב קטנות יותר - 3-5 ילדים להסתגלות ו-5-7 ילדים ללימוד זהו גודל סביר בהחלט".

טווח המחירים של שיעורי שחייה נע בין 900 שקלים ל-1,500 שקלים לקורס של 12 שיעורים בקבוצה. המחירים משתנים לפי האזור, המקום, איכות המדריכים והניסיון.

**ממשרד החינוך נמסר:** "המשרד מתקצב לימודי שחייה לכיתות ה' עבור מעל 56,000 תלמידים מכל רחבי הארץ. תוכנית השחייה היא חלק מתוכנית הלימודים בחינוך הגופני, והיא חובה בכל המקומות שבהם קיימות בריכות שחייה העונות על הוראות הבטיחות. כל רשות מקומית שמעוניינת להשתתף בתוכנית ועומדת בקריטריונים - לוקחת חלק בתוכנית".

אחד הבילויים המועדפים על ילדים בקיץ הוא הבריכה. ואולם עם כל ההנאה והכיף, בריכה עלולה להיות מאוד מסוכנת, גם לילדים שיודעים לשחות. מנתוני ארגון "בטרם לבטיחות ילדים" עולה כי מ-2008 מתו 148 ילדים בישראל עקב טביעה: ב-2016 מתו 16 ילדים וב-2017 שבעה.

ישנם בתי ספר שבהם הילדים יוצאים ללמוד לשחות בבריכה הקרובה למוסד, אך בדיקה בכמה מקומות מעלה כי הסידור לא מתקיים בכל בית ספר ולכן לא כל התלמידים זוכים ללמוד שחייה במסגרת זו.

בעקבות [מותו של ילד בן 9 שטבע ומת](#) אתמול (שבת) בבריכה ציבורית בבאר שבע, בדקנו עם מדריכי שחייה איך אפשר למנוע טביעה של ילדים ומהו הגיל הנכון ללמד אותם לשחות.

### כשהילד בבריכה אל תהיו עם הטלפון

"הורים אומרים 'יש מציל' וזו הטעות הגדולה", מסביר אורי סלע, הבעלים של רשת מרכזי "עולם המים" ומומחה לשיקום במים. "אם המציל שנייה אחת מסתובב או שם פלסטר לילד שנחתך אז הוא לא תמיד ישים לב לילד. אסור להשאיר לבד ילד שלא שוחה ממש טוב. כמו שהורים חוצים עם הילד את הכביש כך הם צריכים להיות איתו בתוך הבריכה. הורים שנמצאים בחוץ מרוכזים בטלפון שלהם ולא שמים לב. ההורה צריך לשחק עם הילד בבריכה, לחוות איתו את החוויה ולראות שהוא מצליח לשחות".

### מה לגבי ילדים שיודעים לשחות טוב?

סלע: "כדי שילד ילך לבד לבריכה הוא צריך לדעת לשחות 20 בריכות ברצף עם ובלי משקפת ולשלוט לגמרי בשחייה. גם אם יטביעו אותו בלי כוונה, הוא יוכל לעלות למעלה".



(צילום: shutterstock)

גם ג'סי קולטון, בעלת "בית הספר לשחייה של ג'סי" במושב בני ציון, חושבת שהורים חייבים להיות עם יד על הדופק. "היות וההורים לא תמיד יודעים אם הילד יודע מספיק טוב לשחות, מומלץ לשאול את מדריכי בית הספר לשחייה אם הילד כבר יכול להיות במים ללא השגחה", היא אומרת. "בכל מקרה, בבתי מלון, בחופשות ובשבטות עמוסות, שבהם יש המוני אנשים, ההורה חייב להיות צמוד לילד, או לפחות לילדים שלמדו לשחות בשנה האחרונה".

עוד היא מוסיפה: "לימוד שחייה הוא מיומנות לחיים שכל הורה חייב לתת לילד שלו, זהו החוג החשוב ביותר שיש, חוג שמציל חיים".

## הגיל שאפשר להתחיל

באשר לגיל שבו כדאי להתחיל ללמוד - הדעות חלוקות. "הגיל המומלץ להסתגלות למים הוא מגיל חמש, אז אפשר להוריד את המצופים ולהתנסות בקורס או בחוג לאורך השנה", מסבירה קולטון. "יש מקומות שמתחילים בגיל צעיר יותר, אך חשוב להבין שבגילים צעירים קורס של מספר מפגשים לא עושה שינוי משמעותי שנשאר לאורך זמן, ובגילים הצעירים יש צורך להמשיך מספר שנים בחוגי השחייה כדי לשמר את ההתקדמות. בקיץ שלפני כיתה א' מרבית הילדים בשלים ללימוד שחייה ולא רק להכנה לשחייה".

"חשוב לציין שאצל משפחה שנמצאת שעות רבות בבריכות שחייה, נניח בעלי מינוי, הילד כבר עשה לבדו חלק גדול מתהליכי ההסתגלות שיש בקורס והוא מגיע עם מיומנויות מסוימות, וכך התקדמותו מהירה יותר. התדירות המומלצת היא לפחות פעמיים בשבוע, ועדיף כמה שיותר פעמים, במיוחד בקיץ. ככה הילדים הצעירים לא מספיקים לשכוח את מה שלמדו בשיעור שעבר".

## קראו עוד:

[- מתבגרים בחופשה - סימנים של מצוקה](#)

[- "לא צריך לקצר את החופש הגדול"](#)

[- הילד עם הפרעות קשב? שימו לב להרגלי האכילה שלו](#)

סלע דווקא חושב שככל שמקדימים, כך המצב טוב יותר. "כדאי להתחיל ללמד ילדים שחייה כמה שיותר מוקדם, אפילו מגיל שלושה חודשים", הוא אומר. "ילד שבגיל שלושה חודשים מתחיל לעבוד על הרגלי השחייה - בגיל שלוש הוא ממש שוחה ומסתדר במים. הורים צריכים להתייחס לשחייה כמו לחוג. הטעות של הרבה הורים שהם רושמים את הילדים לקורס של 10-12 שיעורים ובטוחים שהוא באמת שוחה, אבל עד שהילד לא שוחה מאה מטר רצוף ויודע לשחות עם ובלי משקפת הוא צריך להמשיך ללמוד".

## מה צריך לבדוק לפני שרושמים את הילד לחוג שחייה?

סלע: "חשוב לראות את המדריך ולוודא שמתייחסים לילד בכבוד ומחייכים אליו כשהוא מגיע. הכי חשוב שהילד ירצה להגיע עוד הפעם. כשילד כיף בשיעור ויש לו חוויה טובה, הוא ירצה להתמיד".

קולטון: "חשוב לבדוק מספר פרמטרים - רישיון עסק לבריכה, לוודא שהמקום מעסיק רק מדריכים בעלי תעודת מדריך שחייה, שיש למקום ולצוות ביטוחים מתאימים על פי חוק, והכי חשוב לבוא ולצפות במדריכים כדי לראות שיש להם גישה טובה לילדים, שהם עדינים, חייכנים, ומתאימים ללימוד הילד שלכם.

תגיות: שחייה | בריכה | טביעה  
חזרה