

آشنایی با آب

تمرین شنا با بچه‌های کوچک



به بچه‌ها امکان بدهید که با آب آشنا شوند و به آن عادت کنند.



از میزان مهارت شنای فرزندتان آگاه باشید.



وقتی فرزند شما توی آب است، او را مدام زیر نظر نگهدارید.



در ساحل شنا، عمق آب را ملاحظه کنید.



بصورت بازی در آب، با کودک تمرین شنا کنید.



سپس فن شنا را بتدریج به او بیاموزید.



او را ترغیب و تشویق کنید، ولی مجبور نکنید.



در قایق از جلیقه نجات استفاده کنید.



فن شنا یک مهارت ملّی است.



طرح و تنظیم شده Tampere این مطلب با همکاری اداره خدمات امور ورزشی فرمانداری تامپره.

