

Баланы жүзуге үйретудің 5 тәсілі.

Барлық балалар суда шашырағанды ұнатса да, жүзу туа біткен дағды емес. Тоғанда өзін сенімді сезіну үшін бала үйреніп, шеберлігін шыңдауы керек. Ата-ана балаға қалай көмектесе алады?

Жүзуге үйрету барысында баланың жағымды эмоциялар алуы өте маңызды. Қорқыныш ұзақ уақытқа, тіпті мәңгілікке, су кеңістігін игеру үшін аң аулауға қарсы тұра алады. Сондықтан ата-аналар ең алдымен суда жүзуге қолайлы жағдай жасауы керек.

1. Алдын ала дайындық. Су элементімен танысу нәресте туылғаннан басталуы керек. Бала сумен байланыста болғанына өте қуанышты болады. Жуынатын бөлменің таныс ортасы нәрестеге тыныштық пен жайлылық сезімін береді. Осылайша, резеңке үйректермен бірге үнемі көңілді "жүзулермен" бірге жүретін тұрақты шомылу жағымды дәстүрге айналады және жүзуді сәтті үйренудің алғышарттарын жасайды.

2. Қауіпсіздік. Баланың судағы кез-келген сәтсіздіктен қорғалғанын сезінуі өте маңызды. Жүзу сабақтарын жабық тоғанда бастаған дұрыс. Бассейн анда-санда ұстауға болатын жол бөлгіштердің болуымен өте қолайлы. Кішкентай кеудеше немесе үрлемелі шеңбер алыңыз. Кейіннен, бала суда қалуды үйренген кезде, бұл аксессуарларды кішкентай жеңдерге ауыстыруға болады.

3. Ынталандыру, бірақ талап етпеу. Баланы суға итеріп жібергенде және ол қорқыныштан құрлыққа қарай жүзіп бара жатқанда, жүзуге үйретудің ескі сенуші әдісін басынан тастаңыз. Мүмкін, бала жүзуді үйренеді, бірақ ол фобияға ие болады. Жүзуге деген қызығушылықты ауызша көтермелеңіз, баланың су процедураларына деген табиғи қызығушылығына жағдай жасаңыз. Бірақ ешбір жағдайда баланы бірден жүзуді үйренуге мәжбүрlemeңіз.

4. Су кеңістігінің тәжірибесін кеңейтіңіз. Бассейнде керемет жүзетін бала ашық су қоймасында мүлдем қорғансыз болады. Мүмкін оның тереңдіктен қорқуы мүмкін. Бұл фобияны жою үшін баланы әртүрлі су айдындарында жаттықтырыңыз.

5. Мысал келтірейік. Шетте тұрмаңыз. Балаңызбен бірге суға түсіңіз. Ана мен әке-ең жақсы үлгі. Есіңізде болсын! Сонымен қатар, ата-ананың болуы балаға күш пен сенімділік береді.