पहले शिक्षण से क्या उम्मीद करें

इसके बारे में थोड़ा विचार कर लेना महत्वपूर्ण रहेगा कि तैराकी के अपने पहले शिक्षण से आपको क्या उम्मीद करनी चाहिए और उसके लिए पहले से किस तरह तैयारी करनी चाहिए।

आरंभिक तैयारी

पहले से तैयारी कर लेने से आपके या आपके बच्चे के प्रथम शिक्षण को सकारात्मक अनुभव बनाने में मदद मिलेगी। अपने बच्चों को शिक्षण के लिए ले जाने से पहले के दिनों में, उन्हें पानी से मजा लेना सीखने में सहायता दें और शॉवर लेते समय या नहाते समय आरामदेही महसूस करने की प्रेरणा दें।

घर पर गॉगल्स और स्वीमिंग कैप पहनने का अभ्यास करें ताकि तैराकी के समय आपको और आपके बच्चे को सहज महसूस हो सके। हालांकि कैप और गॉगल्स शिक्षण के लिए अनिवार्य नहीं हैं लेकिन पूल में तैराकी सीखने के अनुभव को बेहतर बनाने के लिए उनकी अनुशंसा की जाती है।

पूल पर आपका आगमन

सुविधा-केंद्र से स्वयं को सुपरिचित कर लें। शिक्षण से करीब 10-15 मिनट पहले पूल पर पहुंच जाने का प्रयास करें ताकि रिसेप्शन स्टाफ से मिलने, सुविधाओं को तलाशने और शिक्षण कहां पर दिए जा रहे हैं – इन सबके लिए आपको पर्याप्त समय मिल सके।

जब शिक्षण आरंभ होते हैं

बच्चों को शिक्षण के लिए ले जाते समय कृपया सुनिश्चित करें कि जबतक शिक्षक शिक्षण आरंभ करने के लिए तैयार न हो जाए तबतक आप बच्चे के पास ही रहें। तैराकी शिक्षक द्वारा देखभाल की जिम्मेदारी तब शुरु होती है जब बच्चे को शिक्षण के लिए उनके सुपुर्द किया जाता है और शिक्षण के समाप्त होते ही यह जिम्मेदारी खत्म हो जाती है।

बच्चों को शिक्षण के लिए लाने और ले जाने के समय माता-पिता का उनके साथ होना जरूरी है। जैसे ही वे शिक्षक की देखभाल में सौंप दिए जाते हैं, आपको स्थल पर ही रहना चाहिए।

सुविधा-केंद्र पर निर्भर करते हुए, निर्धारित शिक्षण के बाद स्वीमिंग के लिए अलग से शुल्क देना पड़ सकता है। अधिक जानकारी के लिए पूल प्रबंधन से सम्पर्क करें।

शिक्षण के दौरान क्या उम्मीद करें

कुशलताएं सिखाने के लिए शिक्षक अनेक प्रकार की तकनीकों का इस्तेमाल करते हैं। सामान्यतः, शिक्षक किसी कार्यकलाप के बारे में विस्तार से समझाएगा, उस खास कौशल का प्रदर्शन करेगा और उसके बाद, फीडबैक देने और व्यावहारिक रूप से सुधार करने से पहले, तैराकों को वह कौशल आजमाने देगा। पूल नूडल्स और किकबोर्ड्स जैसे उपकरणों का भी इस्तेमाल किया जाता है।

मुख्य सुझाव:

- समय से पूर्व पहुंचें
- यह आपका पहला शिक्षण है यह बताने के लिए रिसेप्शन पर स्थित स्टाफ से मिलें
- तैराकी की पोशाक पहनना सुनिश्चित करें
- बाथरूम का प्रयोग शिक्षण से पहले कर लें
- तौलिया लेकर कपड़े बदल लें
- कोई भी आवश्यक व्यक्तिगत दवा अपने साथ लाएं