



الإطار الوطني للسباحة وسلامة المياه

يهدف الإطار الوطني للسباحة وسلامة المياه إلى تمكين الأفراد من تطوير المهارات، والمعرفة، والفهم، والتوجهات، والسلوكيات المطلوبة لعيش حياة آمنة ومفعمة بالنشاط في مجموعة من البيئات المائية وحولها. ويقدم الإطار فهماً منظماً ومتسقاً لتعليم السباحة وسلامة المياه في جميع أنحاء أستراليا.

ماذا يعني الإطار بالنسبة لطفلي؟

توفّر للأطفال ما يلي:

- تعليم شامل يغطي عناصر في جميع مجالات التعلم الرئيسية.
- المهارات والمعارف الأساسية التي قد تساعد في المواقف التي قد تتعرض فيها سلامتهم أو سلامة الآخرين وعافيتهم للخطر بالقرب من المياه.
- الوعي بقدراتهم في المياه وحدودها.
- الثقة في المشاركة بأمان في مجموعة من الأنشطة والرياضات المائية.
- المراحل الرئيسية لتحقيق تقدم تدريجي في تطبيق المعايير الوطنية للسباحة والسلامة المائية.

تشمل دروس السباحة ما يلي:

- الأخطار والسلامة الشخصية: اتخاذ قرارات آمنة، وتقييم الأخطار والاستجابة للمشاكل في المياه وبالقرب منها
- الدخول والخروج: الدخول والخروج من المياه في مجموعة متنوعة من البيئات
- الطفو: الطفو للنجاة والتعافي
- السباحة: زيادة المعرفة بالسكتة الدماغية والقدرة على التحمل
- مهارات تحت الماء: التحكم في التنفس واسترجاع الأشياء من تحت الماء
- إنقاذ الأرواح: الاستجابة لحالات الطوارئ وتقديم الإسعافات الأولية
- الإنقاذ: حماية النفس، وإنقاذ الآخرين بأمان
- ما بعد النجاة: اتخاذ قرارات بشأن إستراتيجيات النجاة لاستخدامها في مختلف المواقف

كيف تساعد أطفالك على اكتساب هذه المهارات:

1. سجّل أطفالك في دروس منتظمة
2. امنح أطفالك فرصة للتمرن على المهارات من خلال زيارة المراكز المائية والممرات المائية
3. شارك في عملية التعلم، وتعلّم وحسّن مهاراتك
4. استمتع بالسباحة في الممرات المائية المختلفة بأمان
5. حافظ على استمرار مشاركة طفلك في السباحة حتى يفي بمتطلبات الإطار
6. كن حذرًا دائمًا من خلال مراقبة أطفالك

لمزيد من المعلومات، يُرجى زيارة الموقع:

drowningprevention.org.au/multiculturalcommunities



ROYAL LIFE SAVING
NEW SOUTH WALES



NSW
GOVERNMENT