

# 海优歌创想空间 东湖区海优歌 海优歌

产品名称	海优歌创想空间 东湖区海优歌 海优歌
公司名称	江西海歌亲子企业管理有限公司
价格	面议
规格参数	
公司地址	江西省南昌市红谷滩新区万达中心一号商业楼125室
联系电话	18807006219 18807006219

## 产品详情

### 婴儿游泳要注意的要点有哪些

- 1、在婴儿游泳的时候，在脱了宝宝的外衣之后，要马上使用的毛巾把它给包裹起来，以进行保暖，不要让宝宝着凉，然后再把宝宝抱在怀里。
- 2、在婴儿游泳下水之前，好是先给宝宝洗头，让宝宝仰着，使用右手去撩水，海优歌游泳，在给宝宝涂抹洗发水的时候，要按照正确的顺序进行。先从耳后的部位向前涂抹，但是需要把宝宝的外耳道给堵住了，以防止水进入到宝宝的耳朵里面。
- 3、在让宝宝下水之后，如果发现宝宝有异常的哭闹或者是不耐烦的情况的时候，不要强制性的让宝宝继续游泳，可以让它停下来，看下是什么原因导致的。如果婴儿游泳的时候，表现的非常快乐的话，那么就可以让它游泳到十五分钟的时候，再让其出水。或者是根据实际情况，延长婴儿游泳的时间。
- 4、在婴儿游泳的时候，还可以按照具体的情况，海优歌创想空间，给宝宝在水中做抚触操。如果宝宝在进入水里面之后就睡着了，这个时候可以给宝宝做水中的抚触操，以帮助宝宝游泳，如果宝宝游得比较自如的话，就不需要做了，可以让它自由的运动。

### 为什么要开始亲子游泳

亲子游泳”顾名思义就是家长与孩子一起游泳的运动项目。这项运动项目在国外已经流行了50余年了。baby swimming起源于1960年，亲子游泳在西方国家是一项家庭运动项目，同时也是婴儿运动项目。

亲子游泳是的是亲子陪伴，是锻炼身体的途径，同时也对孩子安全感，自信心增强，大脑发育有着的帮助，让他们真正享受水中的快乐。

## 初学者学游泳的技巧

- 1、装备要准备充分。初学游泳由于很多事情都无法预测，东湖区海优歌，常常忘记或者忽略带一些小东西。比如带个游泳帽什么的，眼镜也是要的。换洗的衣服和洗漱用品。而且市面上好像还有保护耳朵的东西，但是有的人也是不建议用的。反正具体根据实际情况自己决定吧。
- 2、心理上的准备。除了下面注意事项里提到的各种前期的判断以及安全要点，还要注意是否对下水十分的恐惧和不安。这样的心态会影响下水后的各个环节，甚至生命。
- 3、救生圈。不熟悉水性的人，带个救生圈个人认为还是必要的。总比老呆在浅水区看别人游要好一点。刚刚开始熟悉水性的人可以借助救生圈熟悉一下游泳池以及看看别人是怎么游泳的。获取一些心得。
- 4、带个“教练”。如果有条件，当然是带个会游泳的人陪你一起去那是好的。或者跟一位的训练老师学习也是可以的。他们可以帮助你熟悉分解一下动作。
- 5、刚开始下水的时候，海优歌亲子教育中心，可以先从浅水区开始。在那里低的水域应该也就到半个身子的位置。深水区先不要去，那里一般都有几米深了。初学者脚一旦踏空就会开始紧张，这样的慌乱是学习游泳的障碍。
- 6、学习游泳的就是要学会在手脚协调的情况下还要学会换气。想像一下，那将是几组动作同时的完成啊。所以，如果你是手脚特别不协调，那么就要苦练基本功了。
- 7、练习平衡。平衡就是要能够把自己平平稳稳的浮在水面上。这个可以说是人人都可以做到，又可以说非常难做到。游的好的人看上去都像一条鱼似的浮在水面上。刚开始练习也是在浅水区，好在旁边有人看着的情况下把自己平着浮在水面上。一旦出现恐慌，还可以抓周边的东西稳定一下。

海优歌创想空间-东湖区海优歌-

海优歌(查看)由江西海歌亲子企业管理有限公司提供。江西海歌亲子企业管理有限公司是江西 南昌 ,教育、培训的见证者，多年来，公司贯彻执行科学管理、创新发展、诚实守信的方针，满足客户需求。在海优歌领导携全体员工热情欢迎各界人士垂询洽谈，共创海优歌更加美好的未来。