

Begynder

Undervisningen foregår i det lille bassin. De overordnede mål med holdet er at skabe et godt fundament for den undervisning børnene vil modtage i forbindelse med den specifikke stilarts indlæring på alle holdene i klubbens svømmeskole og udbygge den platform der er skabt på krudtugler/vandtilvænning. På begynder holdet målrettes undervisningen endvidere mod stilarten rygcrawl. Det skal være sjovt- og motiverende at være på begynder holdet og det enkelte barn skal opnå succes og sejre i forhold til barnets egne færdigheder.

Undervisningen tager udgangspunkt i udviklingen af børnenes færdigheder i og med vand. Dette sker ved at tage udgangspunkt i de fire grundlæggende færdigheder i forbindelse med indlæringen i den ugentlige undervisning. Der vil være specifik stilarts undervisning på holdet, der primært målrettes rygcrawl men også i høj grad indeholder for øvelser til indlæringen af crawl på holdet for let øvede.

Der vil blive inddraget såvel livredningsaktiviteter som boldspils aktiviteter i undervisningen.

Undervisningen gennemføres med brug af hjælpemidler i det omfang det er nødvendigt i forhold til barnets højde- og barnets færdigheder.

Undervisningsmål for begynderhold:

- Børnene skal kunne klare sig uden brug af bælte – og vinger
- Svømme 25 m rygcrawl ben
- Svømme 25 m rygcrawl
- Kan falde i vandet forlæns- og baglæns
- Kaste- og gribe en bold i vandet
- Dykke til bunden og samle dykker ringe op
- Svømme igennem en eller flere hullahop ringe under vandoverfladen
- Svømme crawl ben m. plade
- Kravle op- og ned på store redskaber ude i bassinet
- Slå en forlæns koldbøtte
- Kende til de fem baderåd (på børne niveau)

Målgruppe: 6-8 år