

INFO WATERWENNEN & ZWEMTECHNIEK

Onze lessenreeksen worden ingericht volgens de leer methode van het onderwijs en de richtlijnen van de Vlaamse Overheid en hebben als doelstelling: kinderen leren zwemmen op een veilige manier. Meer info over de methodiek: <http://fredbrevet.be>.

Onze leer methode verloopt in verschillende niveaus:

- WATERWENNEN niveau 1 vanaf 3 jaar
- WATERWENNEN niveau 2 vanaf 5 jaar
- LEREN ZWEMMEN ZWEMTECHNIEK niveau 1 rugslag
- LEREN ZWEMMEN ZWEMTECHNIEK niveau 2 schoolslag

Bij elke stap horen een aantal vaardigheden die worden aangeleerd. De Vlaamse zwemfederatie ontwikkelde bijhorende zwembrevetten: <http://fredbrevet.be/zwembrevetten>

- WATERWENNEN niveau 1: EENDJE – ZEEPAARDJE – PINGUÏN
- WATERWENNEN niveau 2: ZEEHOND – WATERSCHILDPAD
- ZWEMTECHNIEK brevetten RUGSLAG, SCHOOLSLAG 25M - 50M - 100M -

Toelichting bij de leer methode

Vanaf uw kind 3 jaar is, kunt u hem/haar inschrijven voor WATERWENNEN niveau 1.

De focus van WATERWENNEN niveau 1 is het wegwerken van waterangst en kinderen vertrouwd te maken met een zwembadomgeving. Al spelenderwijs leert uw kind het hoofd, de romp en de ledematen onderdompelen. Tijdens deze lessenreeks dient 1 ouder (of andere volwassen begeleider) het kind te begeleiden.

Vanaf uw kind 5 jaar is, kunt u hem/haar inschrijven voor WATERWENNEN niveau 2.

De focus van niveau 2 is het kantveilig maken van uw kind. Dat houdt in dat uw kind zich leert verplaatsen, zich leert oriënteren in het water, zich kan draaien, kan watertrappelen en zodoende zelfstandig naar de kant kan zwemmen en uit het zwembad klimmen.

Heeft uw kind geen brevet van niveau 1, dan legt uw kind eerst een niveautest af. Op basis van deze test bepalen we of uw kind kan starten in niveau 2. Is de test negatief dan adviseren we een lessenreeks in niveau 1 te volgen.

Tijdens het testmoment testen we volgende vaardigheden:

- Ik daal af naar de bodem langs een stok
- Ik spring in het water en kom er weer uit
- Ik drijf 3 seconden als een ster op mijn buik
- Ik haal 3 voorwerpen op van de bodem
- Ik glij 3 seconden op mijn buik met een plankje

Volgde uw kind een lessenreeks in niveau 1, dan hoeft uw kind deze test niet te doen en kan hij/zij in niveau 2 starten van zodra het 5 jaar is.

Na het behalen van het brevet WATERSCHILDPAD van niveau 2 kan uw kind meteen de lessen verderzetten en starten met LEREN ZWEMMEN ZWEMTECHNIEK. Ook deze fase gebeurt in 2 niveaus. De eerste focus is het aanleren van rugslag omdat dit technisch eenvoudig is. Eenmaal uw kind op de rug kan zwemmen wordt daarna schoolslag aangeleerd.

Organisatorisch

Er zijn 3 instapmomenten voor nieuwe kinderen per jaar: januari – april – september
Per instapmoment wordt een lessenreeks van 10 lessen met 1 les per week gedurende 10 opeenvolgende weken gepland.

De lessen WATERWENNEN duren 30 minuten, de lessen ZWEMTECHNIEK duren 45 minuten.
Er is ook een aanbod in de zomervakantie met dagelijks les op weekdays gedurende 2 weken.
Deelname aan dit zomeraanbod kan enkel indien uw kind over het juiste brevet beschikt.

Hoe inschrijven ?

Schrijf uw kind in op de wachtlijst via www.zwembaddekouter.be/webshop (zie bovenaan - tabblad activiteiten) of neem contact via zwembad@poperinge.be of 057 34 66 26.

Van zodra er plaatsen in de lessenreeksen beschikbaar zijn, wordt u per mail verwittigd.

Na het volgen van een lessenreeks krijgt uw kind voorrang om de lessen verder te zetten, met 1 uitzondering : uw kind moet 5 jaar zijn om WATERWENNEN niveau 2 te starten.

Na de laatste les van een reeks ontvangt uw kind meteen de behaalde brevetten aan de kassa.
Op basis van deze brevetten heeft u als ouder zicht in welk niveau uw kind de lessen kan verderzetten. Tijdens de voorrangperiode schrijft u dan zelf uw kind in op deze stap via www.zwembaddekouter.be/webshop (zie bovenaan - tabblad activiteiten).

Hoeveel lessen moet mijn kind volgen om te leren zwemmen?

De snelheid waarmee kinderen leren zwemmen is deels afhankelijk van de motoriek, de mentale rijpheid en de durf van het kind. Per lessenreeks bieden wij 10 lessen aan vanuit praktische overweging. Dit aantal lessen staat niet in verband met de evolutie naar een hoger niveau in watervaardigheid. De evolutie is bij elk kind verschillend. Sommige kinderen halen meerdere brevetten in 1 lessenreeks; andere kinderen hebben meerdere lessenreeksen nodig om hetzelfde doel te bereiken.

Het wordt sterk geadviseerd om de leerlijn over meerdere lessenreeksen te spreiden tussen de leeftijd van 3 en 7 jaar. Op die manier kan uw kind in zijn/haar tempo vertrouwd geraken met diep water en alle vaardigheden onder de knie krijgen om waterveilig te zwemmen. Vergelijken met vriendjes of vriendinnetjes raden wij sterk af!

Vindt u dit leertraject te lang dan adviseren wij dat u als ouder heel regelmatig met uw kind gaat zwemmen om waterangst weg te werken en uw kind vertrouwd te maken met een zwembadomgeving.

We kijken er erg naar uit uw kind waterveilig te leren zwemmen !