

INFO ZWEMACADEMIE

Onze lessenreeksen worden ingericht volgens de leermethode 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>.

De leermethode verloopt in 4 stappen:

STAP 1: WATERWENNEN
STAP 2: LEREN OVERLEVEN
STAP 3: LEREN VEILIG ZWEMMEN
STAP 4: VERVOLMAKING SCHOOLSLAG

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

STAP 1: EENDJE – ZEEPAARDJE - PINGUÏN
STAP 2: ZEEHOND – WATERSCHILDPAD - DOLFIJN
STAP 3: OTTER – HAAI
STAP 4: 25M - 50M - 100M -

Toelichting bij de leermethode

Vanaf uw kind 4 jaar is, kunt u hem/haar inschrijven voor STAP 1 WATERWENNEN.

De focus van STAP 1 WATERWENNEN 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. Er kunnen 3 brevetten worden behaald in de volgorde zoals hoger beschreven.

Vanaf uw kind 5 jaar is, kunt u hem/haar inschrijven voor STAP 2 LEREN OVERLEVEN.

De focus van STAP 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 watertrappen en zodoende zelfstandig naar de kant kan zwemmen en uit het zwembad klimmen. Er kunnen ook 3 brevetten worden behaald in de volgorde zoals hoger beschreven.

Indien uw kind STAP 1 niet volgde en dus het PINGUÏN-brevet niet kan voorleggen, dan legt uw kind eerst een instaptest af. Op basis van deze test bepalen we of uw kind kan starten in STAP 2. Is de test negatief dan kunt u uw kind inschrijven voor STAP 1 of kunt u de vaardigheden zelf met uw kind voorbereiden voor een volgend testmoment.

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 wel STAP 1 met succes en heeft uw kind het brevet PINGUÏN behaald, dan hoeft uw kind deze test niet meer te doen en kan hij/zij STAP 2 volgen als hij/zij 5 jaar is.

Na het behalen van het brevet DOLFIJN van STAP 2 kan uw kind meteen de zwemacademie verderzetten in STAP 3 LEREN VEILIG ZWEMMEN.

De eerste focus van STAP 3 is het aanleren van rugslag omdat dit technisch eenvoudig is. Er kunnen 2 brevetten worden behaald in de volgorde zoals hoger beschreven.

Na het behalen van het brevet HAAI van STAP 3 kan uw kind nog STAP 4 vervolmaking volgen.

De focus van STAP 4 is het aanleren van de schoolslagtechniek om grotere afstanden te kunnen zwemmen.

Organisatorisch

Er zijn 3 instapmomenten 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 van STAP 1 en 2 duren 30 minuten, deze van STAP 3 en 4 duren 45 minuten.

Voor STAP 3 en STAP 4 is er 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 ?

Is uw kind nieuw in de zwemacademie dan schrijft u uw kind in op de wachtlijst via

www.zwembaddekouter.be/webshop (zie bovenaan - tabblad activiteiten).

Is de wachtlijst even offline, neem dan contact op via zwembad@poperinge.be of 057 34 66 26.

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

Na het volgen van een lessenreeks krijgt uw kind voorrang om de zwemacademie verder te zetten, met 1 uitzondering : uw kind moet 5 jaar zijn om STAP 2 te starten. Is dit niet het geval maar heeft uw kind wel STAP 1 met succes beëindigd, dan neemt u terug contact met ons op van zodra uw kind 5 jaar is.

Na de laatste les ontvangt uw kind meteen de behaalde brevetten aan de kassa. Op basis van deze brevetten heeft u als ouder zicht in welke stap uw kind de academie 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 4 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. Vervolgens wacht u dan best tot de leeftijd van 6 jaar om de zwemacademie te starten.

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