

VELKOMMEN TIL FINNSNES SVØMMEKLUBB

Historikk.

Finnsnes Svømmeklubb ble stiftet 4. juni i år. Klubbet har et styre som ledes av Ulf Nilsen, Nestleder Anne Bolle, kasserer Pia Renate Vestad, sekretær Nina, svømmeskoleansvarlig Cecilie Bye og vararepresentant Hilde Amundsen. Klubben har pr i dag ca. 100 medlemmer. Vi har fått en hjemmeside med adresse: www.finnsnes-sk.no
Klubben har gjennomført et begynnerinstruktørkurs via Norges Svømmeforbund. Vi vil videre ha fokus på kompetanseheving for våre instruktører / trenere.

VELKOMMEN TIL FINNSNES SVØMMEKLUBB / SVØMMESKOLE

Svømmeklubben er tilknyttet Norges svømmeskole og er dermed en del av Norges Svømmeforbund (NSF) utdanningsprogram.

Hva kan vi tilby:

Det er fire kjernefunksjoner som er sentrale for å lære å svømme. Før man kan starte med kjernefunksjonene, legges grunnlaget gjennom vanntilvenning. Øvelsene som gjennomføres på vannmerkekursene er tilrettelagt for barn fra 4 års alder, og danner grunnlaget for kjernefunksjonene. Kjernefunksjonene oppnås gjennom 20 kjerneøvelser som inneholder elementer som trengs for å mestre forholdene i vannet, og å lære å svømme. De fire kjernefunksjonene "Dykke", "Flyte", "Gli", og "Fremdrift" læres på kursene Hval, Skilpadde, Pingvin og Selunge. Vi tilbyr også svømmetrening for barn og unge som har tatt kurs til og med Selunge samt trening for voksne / mosjonister. Mer informasjon om delmål og øvelser finner dere også på vår hjemmeside.

Påmelding:

Alle som er elever hos oss må være medlem i Finnsnes Svømmeklubb. Påmelding til kurs og innmelding som medlem gjør dere på www.tryggivann.no
Dere finner informasjon kurs, priser og veiledning for påmelding på vår hjemmeside. Vi har også lagt ut et skjema som heter nivåvelger på hjemmesiden. Her kan dere gå igjennom spørsmålene for å finne rett kurs, slik at ditt barn får plass på rett kurs i forhold til nivå.

Dere vil få tilsendt på e-post en bekreftelse på kurs som deres barn er tatt opp på.

Viktig informasjon:

Det er også viktig at dere leser den generelle informasjonen som følger nedenfor. Svømmeskolens kontaktperson er:

Cecilie Bye og kan treffes på mobil 91718203 eller finnsnes.sk@gmail.com

Det er fint om dere stiller de fleste spørsmålene dere måtte ha til instruktøren deres, gjerne skriftlig via vår facebookgruppe, på e-post eller SMS, føler dere behov for å gå videre, ring kontaktpersonen.

Fremmøte til alle kursene er 5 minutter før kursstart, ferdig skiftet i svømmehallen. Husk såpevask uten badetøy og toalettbesøk før du går inn i hallen. Foresatte bes følge sine barn både inn i garderoben/dusj og ut etter kursets slutt.

Det er *ikke* ønskelig at foresatte er til stede direkte ved bassengkanten under kurset. Ikke fordi vi ønsker dere vekk, men fordi erfaring viser at elevene er mer oppmerksomme mot instruktøren og arbeidsoppgavene når de ikke skal se på, vinke til, eller snakke med foresatte. Skulle foresatte ha spesielle grunner for å være med barnet under kurset, må det tas opp med instruktøren. Foresatte må da selv være i bassenget. Foresatte har anledning til å sitte oppe på tribunen og følge kurset.

Vi prøver å sette sammen elever med tilnærmet lik ferdighetsnivå på hvert kurs. I tillegg prøver vi å etterkomme ønsker om at søsken kan gå på samme kurs/tidspunkt. Etter andre kurskveld vil dere få tilbakemelding hvis det er ønskelig at deres barn skal skifte til et annet kurs. Dere foresatte er selvfølgelig oppfordret til å si fra hvis dere føler et slikt behov uten at dere er blitt kontaktet

Som dere vil se av kursbeskrivelsen, har nesten hvert kurs testøvelser som viser om eleven er klar til å gå videre på neste delmål. Noen klarer disse testene ganske enkelt, mens andre vil bruke lengre tid. Det er nå en gang slik at vi lærer i forskjellig tempo. Det gjelder spesielt for yngre elever. Vi lærer i trappetrinn, der stagnasjon veksler med raske forbedringer. Det er svært viktig at elevene får den tiden de trenger til å lære, uten å forsere læreprosessen. Selvfølgelig er det bra hvis dere tar elevene i bassenget og la dem vise hva de har lært. Det frisker opp elevens hukommelse, gjør dem stolte, og læreverdien er stor. Øvelser de ikke vil prøve på, er det ganske enkelt ikke klare til enda og forsøk fra vår side på å forsere utviklingen vil snarere bremse enn fremme læreprosessen. Øvelse og trening er ønskelig, men bare hvis de selv syntes det er gøy.

Dette vektlegges så sterkt fordi det er naturlig å sammenligne våre egne barn med andre. Vi vil så gjerne at vårt barn er fullt på høyden med de andre barna. Alle kan ikke være på høyden i alt til enhver tid. Gi dem den tiden de trenger, så ordner det meste seg.

Utstyr:

Badebukse/badedrakt med god passform skal benyttes. Elever som har hår som kommer i veien i ansiktet skal bruke badehette. Noen foresatte vil gjerne utstyre eleven med svømmebriller. Dette ber vi dere ta opp med instruktøren, som vil anbefale eller fraråde dere i henhold til elevens utvikling, og øvelsene som står på programmet.

Har dere råd, synspunkter eller kommentarer til svømmeskolen vår, setter vi pris på at dere kommer med disse til instruktøren eller svømmeskolens kontaktperson. Sammen med dere kan vi gjøre svømmeopplæringen enda bedre - til glede for elevene.

I tillegg til denne informasjonen har vi laget noen regler for garderobe, i svømmehallen på kanten og i bassenget samt miljøregler. Disse finner dere på hjemmesiden vår og skal leses av alle.

Vi ønsker hjertelig velkommen til Finnsnes Svømmeklubb og Svømmeskolen