

Waterwennen

Watergewenning is enkel voor kinderen die de testles gevolgd hebben.

Hier besteden we aandacht aan het wennen in water, een heel belangrijke periode. We leggen de basis voor het leren zwemmen. Zo leren de kinderen drijven op hun borst en rug, te water gaan en eruit klimmen, draaien van borst naar rug, onder water gaan, onder water kijken en zoeken. Alles heeft tot doel ervoor te zorgen dat kinderen het water leren kennen en zich er prettig gaan voelen.

De oefeningen bieden we voor deze lessenreeks in spelvorm aan omdat dit voor jonge kinderen de beste manier is om iets te leren. Denk dus niet dat het kind alleen maar speelt in het water, ieder spel heeft een doel.

Sleutelmomenten watergewenning

	JA	NEE
Aangezicht onder water brengen (voorhoofd, ogen, neus, mond en kin)	☐	☐
Onder water duiken	☐	☐
Zelfstandig drijven op buik en pijlen (met plankje, buis, blokje...)	☐	☐

WATERGEWENNING DRIJVEN (OPTIONEEL)

Dit is een optionele lessenreeks voor kinderen die zich iets trager ontwikkelen. Alle kinderen kunnen leren zwemmen, maar niet alle kinderen leren even snel.

Tijdens deze extra zwemlessen staan we niet stil. We werken aan de sleutelmomenten en aan het voortbewegen in het water op verschillende manieren, zoals begin beenbeweging schoolslag, leren springen van de kant en nog veel meer. De sleutelmomenten zijn dezelfde als die van de watergewenning.