

## **UIMAKOULUUN OSALLISTUVAN ENNAKKOTIEDOTE – uimakoulu käytänteistä!**

### **Hyvät vanhemmat ja uimakoululaiset:**

Tervetuloa mukaan Lappajärven vapaa-aikapalveluiden järjestämiin lasten uimakouluihin. Seuraavassa ohjeita ja tietoa uimakoulutoiminnasta.

### **Uimakoulun tavoitteet**

Alkeisuimakoulut – sosiaalisuus, rohkeus, itsenäinen käyttäytyminen, oppiminen tapahtuu leikinvarjolla

Jatkouimakoulut - sosiaalisuus, rohkeus, itsenäinen käyttäytyminen, oppiminen tapahtuu leikinvarjolla sekä eriytetyillä harjoitteilla

**Oppimista tapahtuu alkeisuimataidoissa** - liikun itsenäisesti vedessä, kastaudun pinnan alapuolella sekä opin veteen puhallukset ja kasvojen kastelemisen, luotan veden kantavuuteen, joka antaa mahdollisuuden uimataidon oppimiselle ja kehittymiselle.

**Oppimista tapahtuu jatkouimataidoissa** - liikun itsenäisesti vedessä, opin kellumaan / liukumaan / sukeltamaan / etenemään virtaviimaisemmin vedessä, joka antaa mahdollisuuden uimataidon kehittymiselle.

**Oppimista tapahtuu sosiaalisuudessa** – olen osa ryhmää yksilönä, opin ohjeista ja malleista, opin toimimaan kaverin kanssa, opin uskaltamaan ja olemaan rohkea sekä ennen kaikkea oivallan uuta.

### **Yleistä uimakoulukerroista:**

Yksi uimakoulun opetuskerta kestää yhteensä 60 min. Yhteen uimakoulun opetustuntiin sisältyy 10 min peseytymis- ja altaille siirtymisaikaa, 40 min opetusaikaa ja lopuksi 10 min peseytymis- ja saunomisaikaa. Ulkouimakouluissa on myös rantaleikkejä ja opetus rytmitetään eritavalla kuin sisäuimakouluissa.

Uimaopettaja hakee uimakoululaiset pukuhuoneesta uimakoulun alkamisajankohdan mukaisesti. Uimaopettaja tuo lapset uimakoulun jälkeen takaisin pukutiloihin opetuksen päätyttyä, jossa huoltajien tulee olla valmiina ottamaan lapset vastaan (poikkeuksena alkeisuimakoulu uimahallissa, jossa huoltajat mukana osallistumassa). Uimaopettajat jakavat ensimmäisellä tunnilla jokaiselle uimakoululaiselle uintikirjan. Ottakaa se mukaan jokaiselle uintikerralle.

Viimeisellä uimakerralla lapsi pääsee näyttämään huoltajilleen taitojen oppimista leikkimielisillä taitotoiminta pisteillä. Jaamme uimakoulun päätteeksi myös uintimerkkejä. Huoltajat ovat tervetulleita mukaan osallistumaan viimeisellä uintikerralla.

### **Mukaan uimakouluun tarvittavat seuraavat varusteet:**

Uima-asu

Pyyhe

Peseytymisvälineet

Uimalasit (jos sellaiset omistaa)

Uintikirja (jaetaan 1. kerralla)

Tervetuloa mukaan ja tiedustele tarvittaessa lisää!