

“Min Svømmebog”



En bog udviklet af DGI I til at understøtte svømmeundervisningen i svømmeclubber.

Roskilde Svømning har valgt, at bogen også i sæson 26/27 skal danne grundlag for undervisningen på udvalgte hold i vores svømmeskole.

Bogen henvender sig primært til børn, der er ved at lære at svømme. Den bruges både af begyndere og af børn, der ønsker at udvikle deres svømmefærdigheder yderligere. Bogen koster 100 kr. for nytilmeldte søstjerner og skildpadder. Tidligere medlemmer skal anvende bog, erhvervet sidste eller forrige sæson.

Bogen indeholder forskellige svømmeøvelser, teknikker og lege, der er tilpasset forskellige alderstrin og svømmeniveauer – alt sammen med fokus på de grundlæggende færdigheder, der skaber tryghed i vand samt forståelse for opdrift og fremdrift.

“Min Svømmebog” er dermed med til at understøtte vigtige livsfærdigheder, da børnene både arbejder med grundlæggende svømmeteknikker og sikkerhed i, på og omkring vand.

I bogen er der plads til at markere svømmerens fremskridt, mål og opnåede færdigheder. Dette kan være en stor motivationsfaktor for børnene, da de visuelt kan følge deres udvikling gennem klistermærker og mærker, som sættes ind i bogen.

Bogen hjælper samtidig med at skabe tydelige mål for svømmerne, så de ved, hvilke færdigheder de skal mestre for at kunne rykke videre til næste niveau ved sæsonafslutningen.

Nogle børn rykker videre efter én sæson, mens andre har brug for længere tid til at gennemføre alle mærker på deres hold. Ingen børn får et mærke, de ikke kan mestre. Hvis et barn mangler enkelte færdigheder for at opnå et mærke, tildeles barnet en smiley og får mulighed for at erhverve mærket ved næste mærkeuge.

Holdene, der arbejder med “Min Svømmebog” i sæson 26/27, er:
Søstjerner, Skildpadder, Guppyer, Pingviner og Blåhvaler.

Mærkerne erhverves i ugerne 48, 10 og 19.

Vi håber igen i denne sæson at skabe en sjov, motiverende og engagerende læringsproces gennem en kombination af praktiske øvelser, leg og teoretisk viden i et logisk og trinvis tempo.



Tag endnu en gang godt imod konceptet – vi glæder os til at arbejde med det i vores undervisning og skabe endnu mere leg, læring og fællesskab i vandet.