

Lärkans Simkurser

Vattenvana - Glida - Flyta - Simma - Teknik

Minisimskola vattenvana 4år	Mål: Barnet ska få en god vattenvana, kunna utan flythjälp- hoppa från bassängkanten på grunt vatten, doppa hela huvudet och plocka upp föremål från grunt vatten. Kunna ligga på rygg med öronen under vattnet. En målsman i vattnet.
Minisimskola 4år Steg 2	Mål: Barnet ska kunna utan flythjälp- hoppa från bassängkanten på djupt vatten och ta sig tillbaka till kanten, kunna flyta, glida och ta sig fram 5m på djupt vatten. En målsman i vattnet.
Minisimskola teknik 4år Steg 3	Mål: Behärska att vara på djupt vatten självständigt. Tar sig fram 10m med minst 2 olika nybörjarsimsätt och kunna flyta, glida med huvudet ner. Bil självständiga utan målsman.
Simskola vattenvana 5år	Mål: Barnet ska få en god vattenvana, kunna utan flythjälp- hoppa från bassängkanten på grunt vatten, doppa hela huvudet och plocka upp föremål från grunt vatten samt kunna flyta. Under kursen ska barnet få grunderna i något simsätt.
Simskola 5år Steg 2	Mål: Förkunskaper god vattenvana. Barnet ska kunna hoppa från bassängkanten på djupt vatten och ska kunna simma 5m på valfritt simsätt på grunt vatten, kunna flyta, glida. Utveckla simtekniken till bröst och ryggsim.
Simskola teknik 5år Steg 3	Mål: Fokus på bröst och ryggsim. Barnet ska kunna simma minst 10m med två olika simsätt på djupt vatten och kunna flyta, glida med huvudet ner.
Simskola vattenvana 6år	Mål: Barnet ska få en god vattenvana, kunna utan flythjälp, hoppa från bassängkanten på grunt vatten, doppa hela huvudet och plocka upp föremål från grunt vatten samt kunna flyta. Under kursen ska barnet få grunderna i något simsätt.
Simskola 6år Steg 2	Mål: Förkunskaper god vattenvana. Barnet ska kunna hoppa från bassängkanten på djupt vatten och ska kunna simma 5m på valfritt simsätt på grunt vatten, kunna flyta, glida. Utveckla simtekniken till bröst och ryggsim.
Simskola teknik 6år Steg 3	Mål: Fokus på bröst och ryggsim. Barnet ska kunna simma minst 10m med två olika simsätt på djupt vatten och kunna flyta, glida med huvudet ner.