

Informacje o nauce pływania i ratownictwa w szkole podstawowej



Do rodziców/opiekunów

Wszyscy uczniowie szkoły podstawowej muszą przejść naukę pływania i ratownictwa. Nauka ta odbywa się w ramach wychowania fizycznego w klasach 1-10.

Czego nauczy się moje dziecko?

Centralnymi elementami przedmiotu są bezpieczne przebywanie w wodzie, pływanie, samoratownictwo i ratowanie życia w środowisku naturalnym.

W szkole dziecko uczy się pływać i bezpiecznie przebywać w wodzie. Dziecko uczy się także, jak wzywać pomoc, jak ratować siebie oraz jak ratować innych w naturalnych zbiornikach wodnych.

Dobre umiejętności pływackie i ratownicze dają Twojemu dziecku możliwość uczestniczenia w pływaniu organizowanemu przez szkołę oraz w aktywnościach w czasie wolnym, w wodzie, na wodzie, oraz w jej pobliżu.

Jaki może być Twój wkład?

Jako rodzic/opiekun jesteś ważnym partnerem do współpracy i możesz pomóc w następujący sposób:

- Bądź dobrym przykładem. Mów pozytywnie o tym, jaką wartość ma opanowanie pływania i nauka ratowania życia.
- Spędzanie przez Ciebie czasu wolnego na różnych aktywnościach w wodzie z dzieckiem może pomóc sprawić, że dziecko będzie pewnie czuło się w wodzie i będzie czerpało korzyść z nauki pływania w szkole. Przyzwyczajaj dziecko do wody na twarzy, naucz je robić bańki ustami i nosem (np. „teraz będziemy łodzią motorową” albo „teraz ugotujemy ziemniaki”). Ucz dziecko wkładać głowę pod wodę i patrzeć pod wodę (może na dnie są jakieś skarby?).
- Możesz porozmawiać o braniu prysznica a także o rozbieraniu i ubieraniu się.

Co to znaczy opanować pływanie?

Uznamy, że Twoje dziecko opanowało pływanie, jeśli potrafi wskoczyć do wody, aby następnie przepłynąć 100 metrów na brzuchu, po drodze zanurkować i podnieść dłońmi przedmiot, zatrzymać się i odpocząć przez 3 minuty (unosząc się na brzuchu, zorientować się, przewrócić się na plecy, unosić się na wodzie na plecach); następnie przepłynąć 100 metrów na plecach i wejść na ląd.

W jaki sposób szkoła oceni, czy moje dziecko opanowało pływanie?

Aby ocenić, czy dziecko opanowało pływanie, szkoła korzysta z siedmiu obowiązkowych ćwiczeń. Ćwiczenia te służą do bieżącej oceny tego, czy dziecko robi odpowiednie postępy. Ćwiczenia rozpoczynają się od najprostszych i z czasem stają się coraz trudniejsze. Więcej informacji znajdziesz na stronie svømmedyktig.no.

Jak przebiega sama nauka pływania i ratownictwa?

Nauka może odbywać się na basenie albo w naturalnych akwenach. Szkoły organizują naukę na różne sposoby, ale zwykle chłopcy i dziewczynki uczą się razem, ale prysznic biorą osobno. Nauczyciele uczący dzieci bardzo dobrze pływają i potrafią ratować. Szkoła ma obowiązek przestrzegać odpowiednich procedur bezpieczeństwa dotyczących nauczania, więc dziecko jest bezpieczne, zarówno w basenie jak i w naturalnych akwenach.

Kto może odpowiedzieć na moje pytania?

Jeśli masz pytania dotyczące tego, jak zorganizowane jest nauczanie Twojego dziecka, skontaktuj się z nauczycielem pływania, wychowawcą klasy, dyrektorem albo przedstawicielem rady rodzicielskiej.