



## Välkommen till Södertälje Simsällskaps Sommarsimskola 2020

### INFO FRÅN FÖRENINGEN

Södertälje Simsällskap bedriver verksamhet på Sydpoolen med 4 olika simidrotter där en stor del av verksamheten är terminsbaserad Simskola där vi tränar för att bli simkunniga.

Sommaren 2020 arrangerar vi gratis Sommarsimskola vid två badstränder i Södertälje i samarbete med Södertälje kommun.

Under vecka 28-33 har vi 4 grupper måndag-fredag på Eklundsnäsbadet och MälARBadet

Våra ledare har alltid en utbildning innan de får leda barn och måste uppvisa ett registerutdrag från Polisen innan dem börjar hos oss.

### LEKTIONEN

Lektionstiden är 45 minuter varav max 20 min i vattnet för att barnen inte ska tappa för mycket värme. Vi ber att ni föräldrar finns tillgängliga i närheten men barnen går simskolan utan sina föräldrar om det inte råder särskilda anledningar.

### ÖVRIGT

Vill ni boka fler veckor i simskolan går det bra. Det går också bra att gå dropin i mån av plats. Vi tränar även om det regnar men ställer in vid åska. Se vår hemsida och mail om det sker några förändringar [www.sss.se](http://www.sss.se)

För er som vill fortsätta simma till höstterminen finns möjlighet boka Simskola via vår hemsida <https://sportadmin.se/hemsida/form/form2.asp?F={9A41CA23-A0F3-4F17-9BBE-E1EF0E83A2A1}>

### MÅL OCH VERKSAMHET

I Södertälje Simsällskap arbetar vi utifrån *En svensk Simlinje*.

*En Svensk Simlinje* är ett pedagogiskt instrument för föreningen som, med hänsyn till barns utveckling, steg för steg visar hur man når simkunnighet via vattenlekar och teknikövningar.

Simlinjen är upplagd i nivåer där barnen genomför olika moment innan man går vidare till nästa nivå. Momenten är kopplade till olika simmärken.

Vi börjar alltid med att bygga upp en **rörelseförståelse** i vattnet vilket leder till att ditt barn får en **vattenkompetens**. När de nått så långt är de redo att lära sig simsätt som Bröstsimm, Crawl, Ryggsimm, Fjärilsimm.

### Hur länge tar det för mitt barn att lära sig simma?

*Det är väldigt individuellt. Det första och största steget för ett barn är att bli vattenvana. Med vattenvana menas att barnet kan röra sig obehindrat i vattnet, kan glida horisontellt med ansiktet i vattnet och inte känna obehag att få vatten i ögon, öron och näsa.*

### KONTAKT

Välkommen med din fråga via mejl till vårt sportkontor [info@sss.se](mailto:info@sss.se)  
Mer information hittar ni på vår hemsida [www.sss.se](http://www.sss.se)



**Varmt välkomna till Södertälje Simsällskap Sommarsimskola!**