

MOTTAGARE  
Alla intresserade av vår simskola!

AVSÄNDARE  
Tillbergabadet

DATUM  
2024-11-15

# Simskola för barn 2025 med start i januari

Nu är det snart dags för nästa omgång av Tillbergabadets simskola! Här finns all information samlad om hur du anmäler dig.

## Vår simskola för barn

Varje vår- och hösttermin arrangerar vi simskolor för barn från året man fyller 5 år. Start sker två gånger per termin och genomförs en dag i veckan under 8 tillfällen. Lektionerna är 30 minuter.

Målet med undervisningen är att stärka barnets självförtroende i vatten genom en varierad mängd övningar under säkra förhållanden. Vi arbetar med vattenvana (till exempel rörelse, balans, vara under vattnet, titta, flyta, glida, andas, hoppa och dyka), bröstsim och ryggsim.

Undervisningen sker utifrån barnets förutsättningar, i egen takt och efter förmåga. Övningar och lekar som är roliga är viktiga i inläringen, eftersom färdigheter då kan övas in under positiva förhållanden.

Tänk på att barn utvecklas i olika takt. Vissa barn känner sig direkt hemma i vattnet, andra behöver mer tid att vänja sig. Det är därför omöjligt att säga hur många lektioner ett barn behöver för att lära sig simma. Det ska på inget sätt ses som ett misslyckande om ditt barn behöver några fler lektioner – det är just träningen och leken i vattnet som gör att barnet plötsligt får allt att stämma. På samma som vi lär oss att gå innan vi kan springa får barnen hos oss lära sig plaska innan barnet kan simma.

## Anmälan

Anmälan till simskolan är nu öppen via [tillberga.se/tillbergabadet](https://tillberga.se/tillbergabadet) med kursstart vecka 3. Anmäl ditt barn så fort som möjligt, **senast vecka 50 2024-12-09**. Platserna fylls ofta på snabbt och lottning sker vid fler anmälda än tillgängliga platser.

De som redan har påbörjat simskola hos oss har förtur.

Notera förkunskapskraven – se nedan.

## Efteranmälan

Vid sen anmälan – hör av dig till oss via [majd.ebrahim@tillbergags.nu](mailto:majd.ebrahim@tillbergags.nu), så gör vi allt vi kan för att du ska få plats.

## Nästa omgång

Anmälan till nästa simskoleomgång kommer att öppna på vår hemsida vecka 8.

## Erbjudande om plats och betalning

Erbjudande om plats kommer att kommuniceras via e-post under vecka 51. Betalning sker senast vecka 52.

Betalning sker via Swish eller på plats i Tillbergabadet under [våra öppettider](#). Uteblir betalning lämnas platsen över till nästa i kö.

Beloppet är 998 kr (eller 968 kr för medlem i Tillberga Grannskap).

## Krav på förkunskaper – simskola för barn

Kraven gäller oavsett vad barnen har gått i för nivå tidigare. Anmäl inte ditt barn till en nivå där barnet inte uppfyller kraven, oavsett vad de har gått i för nivå tidigare.

Anmäl alltid ditt barn till ett lägre steg om du tvekar kring ditt barns förkunskaper. Det är bättre att gå ut för enkelt och bygga bra grunder än att hamna i en grupp där momenten är för svåra, så att barnet bli hämmat och rädd.

Steg	Förkunskaper	Mål
<b>Vattenvana</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Inga förkunskaper.</li> <li>Från året barnet fyller 5 år.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Få vattenvana och kunna doppa hela huvudet. Bubbla med näsan och glida på mage samt flyta på rygg</li> </ul>
<b>Steg 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vattenvana</li> <li>Kunna doppa hela huvudet under vattnet. Hoppa från kanten på grunt vatten utan hjälp samt hoppa från kanten på djupt vatten med hjälp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Få god vattenvana</li> <li>I det här steget övar vi mer på bentagen samt att glida och flyta.</li> </ul>
<b>Steg 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>God vattenvana</li> <li>Kunna hoppa på djupt vatten och ta sig in till kanten utan hjälp. Kunna glida och flyta utan hjälp.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kunna simma 10 m bröstsim med korrekta arm- och bentag med huvudet över vattnet och 10 m ryggsim utan flythjälp.</li> <li>I detta steg fokuserar vi på att utveckla tekniken både i bröstsim och ryggsim. Vi övar upp orken i simningen för att klara av längre simsträckor. Vi övar mer på djupt vatten.</li> </ul>

Steg	Förkunskaper	Mål
<b>Steg 3</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>Kunna simma 10 meter bröst- och ryggsim. Kunna flyta på rygg utan hjälp.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>Vi övar upp framdriften och finslipar tekniken i simningen. Vi ökar simsträckorna för både bröst- och ryggsim på djupt vatten. Vi övar även på att dyka och att vattentrampa.</li></ul>

## Bokningsregler

Vi förbehåller oss rätten att flytta barn till annan nivå med annan tid och veckodag om barnet inte uppnår förkunskapskraven för anmäld kursnivå. Om flytt inte är möjligt och platsen inte fylls på av ny deltagare förbehåller vi oss möjligheten att inte återbetala resterande kurstillfällen.

Vi erbjuder inte pengarna tillbaka vid påbörjad kurs om barnet skulle bli sjuk eller frånvarande av annan anledning. Om ett simskoletillfälle ställs in från vår sida kan simskolan komma att utökas med ett tillfälle efter sista ordinarie tillfälle.

Varmt välkommen till oss på Tillbergabadets simskola!

### Tillbergabadet

Tillberga Grannskap

Telefon: 021-81 65 70

E-post: majd.ebrahim@tillbergags.nu