



SIMSKOLA 1. SJÖHÄSTEN

Vi tränar vidare på det vi lärt oss i babysimskolan. Barnen är nu mogna för att simma kortare sträckor under vattnet. Barnet simmar mellan föräldrarna och till kanten. Vi sitter på kanten och hoppar i vattnet, simmar tillbaka för att sedan ta tag och hålla fast i kanten. Barnet tränar på balans i balansringen och tränar på att flyta i några sekunder med hjälp.

KURSENS MÅL

- Att hålla sig fast i kanten.
- Flyta korta stunder med hjälp.
- Vända från mage till rygg med hjälp.
- Simma några meter till kanten, samt mellan föräldrarna.