

SVØMMEAKSJONEN 2014

Halvparten av landets tiåringer kan ikke svømme.
Derfor skal vi også i år lære 7 000 barn å bli
trygge i vann.



SVØMME
AKSJONEN



GjensidigeStiftelsen

ALTFOR MANGE BARN FÅR IKKE DEN SVØMMEOPPLÆRINGEN DE HAR RETT TIL

Halvparten av landets tiåringer kan ikke svømme. Det betyr at minst 150 000 barn i første til femte klasse ikke kan svømme. Til tross for at svømmeopplæring er en del av skolens ansvar, er det mange barn som ikke får den opplæringen de har rett på. En av utfordringene er at myndighetene ikke har gitt en definisjon på svømmedyktighet. Det innebærer at skolene ikke kan måles på sin evne til å gjennomføre svømmeopplæring. Resultatet er at svømmeundervisningen nedprioriteres.

Gjensidigestiftelsen har i flere år satt fokus på dette problemet gjennom Svømmeaksjonen, og har til nå lært nesten 48 000 barn å bli trygge i vann. Å være trygg i vann er første steg på veien til å lære å svømme. Også i år skal vi gjennomføre Svømmeaksjonen. Behovet er mye større enn vår kapasitet, men vi kan gi kurs til rundt 7 000 barn, som under aksjonen ofte tar sine første svømmetak.

Slik søker du Gjensidigestiftelsen om en svømmepakke

Du kan søke Gjensidigestiftelsen om en gratis svømmepakke, det vil si et kursopplegg for en gruppe på 15 barn.

Kursene foregår i og ved vann i ca. to timer per dag, over fem påfølgende dager. Kun barn som ikke er trygge i vann, og som ikke har mulighet for å delta på ordinære kurs kan delta. Gjensidigestiftelsen dekker kostnadene for to instruktører fra Norges Svømmeforbunds medlemsklubber samt svømmehall. Du finner mer informasjon og elektronisk søknadsskjema på svommeaksjonen.no

Søk om gratis svømmekurs nå!



Målet med Svømmeaksjonen er at de barna som trenger det mest får tildelt gratis Svømmeaksjonskurs. Ildsjel må derfor være villige til å prioritere de som er utrygge i vann.

Retningslinjene for tildeling:

- Kurs til utrygge 6-åringer (siste år i barnehagen) prioriteres
- Kurs til utrygge innvandrerbarn prioriteres
- Kursene skal ikke erstatte lovpålagt svømmeundervisning i skolen
- Aksjonen skal være landsdekkende

Svømmekursene gjennomføres i regi av Norges Svømmeforbund

Norges Svømmeforbund er vår samarbeidspartner i Svømmeaksjonen. I tillegg til det svømmefaglige ansvaret vil deres medlemsklubber ta hånd om koordinering og det praktiske rundt kursene. 112 svømmeklubber landet over står for gjennomføringen av kursene lokalt.

Søknadsskjema åpner
18. mars 2014 på
svommeaksjonen.no

Søknadsfrist er
22. april 2014

Svømmeopplæringen vil
bli gjennomført i en av
ukene 21-26



DU kan lære egne og andres barn å svømme!

Veldig mange barn lærer å svømme uten å delta i organisert opplæring. De lærer gjennom å bade mye, i svømmehall eller på en badeplass. Gjennom lek og med litt hjelp fra foreldre eller andre voksne lærer de å ta sine første svømmetak. Det viktigste er å legge til rette for at barna får bade ofte. Da blir de trygge i vann og lærer fort å svømme 200 meter som er svømmeforbundets minstekrav for å være svømmedyktig.

Her er noen tips for trygg og god svømmeundervisning

- Legg vekt på den grunnleggende vanntilvenningen. Et barn som ikke tør å ha ansiktet i vann, vil også ha problemer med å lære å svømme.
- Bruk kjente leker fra land og overfør disse til vann. "Hoppe sa gåsa", "Bro, bro brille" osv.
- Bruk synke-gjenstander som barn kan plukke opp fra bunnen.
- Når barna er trygge i vann, kan dere begynne med øvelser som fører til mestring. Start med å dykke. Øv på å puste inn – dykke ned – holde pusten – se – komme opp – puste ut og inn.
- Neste øvelse er å flyte. Forutsetningen for å flyte er at mest mulig av kroppen er under vann. Man bør lære å flyte på ryggen og magen, og puste ut og inn mens man flyter.
- Den tredje øvelsen er å gli gjennom vannet. Målet er å gjøre vannmotstanden minst mulig, gjennom å gjøre kroppen så strak som mulig.
- Til slutt kan dere øve på å skape fremdrift. Ved bruk av hendene, armer, og føtter, vil barnet lære å bevege seg fremover. Legg vekt på å lære ryggcrawl og crawl på mage først fordi det er enklest for barn.



[Les mer på svømmeaksjonen.no](https://www.svømmeaksjonen.no)