



## Välkommen till Södertälje Simsällskaps Sommarsimskola 2024

### FÖRENINGEN

Södertälje Simsällskap bedriver verksamhet på Sydpoolen med 5 olika simidrotter där en stor del av verksamheten är terminsbaserad Simskola där vi tränar för att bli simkunniga.

Sommaren 2024 arrangerar vi gratis Sommarsimskola vid sjön Måsnaren på Eklundsnäsbadet i Södertälje i samarbete med Södertälje kommun.

Under vecka 28-30 har vi 4 grupper måndag-fredag

Våra ledare har alltid en utbildning innan de får leda barn och för att bygga trygga idrottsmiljöer måste alla ledare uppvisa ett begränsat registerutdrag från Polisen.

### LEKTIONEN

Lektionstiden är ca 30-45 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. Vi delar in simskolan i 3 nivåer så den ska passa från nybörjare till Tekniksimmare.

### 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 <https://www.sss.se/>

För er som vill fortsätta simma till höstterminen finns möjlighet boka Simskola via vår hemsida <https://www.sss.se/anmalningar/>

### MÅL OCH VERKSAMHET

Vår verksamhet i simskolan ska utgå från **Glädje, Nyfikenhet** och en **Utforskande lärmiljö**.

Som stöd och en röd tråd arbetar Södertälje Simsällskap 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.

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, Ryggsim, Fjärilsim.

### 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 [simskola@sss.se](mailto:simskola@sss.se)

Mer information hittar ni på vår hemsida <https://www.sss.se/>



**Varmt välkomna till Södertälje Simsällskap Sommarsimskola!**