



PréSport zwemles “de EasySwim methode”

Stel je eens voor dat leren zwemmen écht een feestje is voor kinderen. Dat kinderen tijdens de zwemles veel plezier hebben, hoog betrokken zijn, zich veilig voelen, helemaal zichzelf kunnen zijn en zich in hun eigen tempo ontwikkelen. Dat leren haast vanzelf gaat én lesgevers met plezier en enthousiasme lesgeven.

Aan de basis van de zwemlesmethode van EasySwim ligt de visie dat leren zwemmen voor ieder kind niet alleen leuk en makkelijk móet zijn, maar dat ook kán zijn. Een EasySwim-zwemles is optimaal afgestemd op de manier waarop jonge kinderen leren, zowel vanuit motorisch als vanuit pedagogisch oogpunt. Kortom, een methode waarin het (plezier en de betrokkenheid van het) kind én de lesgevers centraal staan, met als gevolg een optimaal leerproces, maximaal resultaat en vooral een leven lang zwemplezier.

De 4 pijlers van EasySwim

Vanuit onderstaande pijlers is de EasySwim methode optimaal afgestemd op de manier waarop jonge kinderen leren.

Met deze pijlers behalen we het hoogste zwemplezier én de hoogste betrokkenheid, wat leidt tot het beste resultaat.

Meteen in het diepe met het EasySwim drijfpak

We kiezen er bewust voor om direct in diep water te starten. Hiermee sluiten we beter aan op de motorische ontwikkeling van jonge kinderen én hun hoge bewegingsdrang. Dit zorgt voor de beste ontwikkeling van het watergevoel. Voor een optimale veiligheid maken we hierbij gebruik van het EasySwim drijfpak. Hierin voelen kinderen zich ook veiliger én hebben ze de volledige bewegingsvrijheid om alle ervaringen die ze opdoen zo natuurlijk mogelijk te laten zijn.



Werken in groepjes, met aandacht voor het kind

We willen dat er binnen de organisatie van onze lessen een hoge intensiteit is. Daarom wordt er iedere les in groepjes gewerkt. Door middel van stuurkaarten is de lesgever in staat ieder kind goed te helpen op zijn of haar eigen niveau. Ook hebben de kinderen de vrijheid om zowel zelfstandig als samen met anderen te werken

Een goede relatie, een goede sfeer

De relatie tussen de lesgever en de kinderen, maar ook tussen de kinderen onderling, is bepalend voor de sfeer. Daarom zetten we nadrukkelijk in op verbondenheid. Dit doen we door bijvoorbeeld de kinderen tijdens de zwemopleiding zoveel mogelijk bij dezelfde lesgever en in hetzelfde groepje te laten zwemmen. Ook geven we veelal vanuit het water les. Op deze manier is de lesgever dichtbij de kinderen.

Hoge betrokkenheid van de kinderen

Het hoogste leerrendement wordt behaald wanneer kinderen hoog betrokken zijn. Om de intrinsieke motivatie van kinderen te stimuleren, is er binnen de les veel aandacht voor het creëren van een rijke leeromgeving. Door het aanbieden van betekenisvolle oefenstof kunnen we, zeker in combinatie met een rijke leeromgeving die hierop is afgestemd, kinderen prikkelen en uitdagen om te ontdekken en te leren.

Fases naar het het EasySwim Diploma:

Fase nieuw (FN): "Watervrij worden"

Te water gaan, drijven, bewegen met en zonder vest en zelfs al onder water. Kortom als een vis zo vrij zijn in water.

Gemiddeld 10-15 lessen



Fase 1 (F1): "Relaxed op de rug"

Aanleren rugslag, rugcrawl en borstcrawl. Naast de slagen staat veel (uit)drijven centraal.

Gemiddeld 15 lessen

Fase 2 (F2): "Beregoed op de buik"

Afbouwen drijfmiddelen slagen fase 1, aanleren schoolslag en watertrappen

Gemiddeld 15-20 lessen

Fase 3 (F3): "Helemaal zelf"

Alle slagen zonder drijfmiddelen beheersen en afstanden uitbreiden. Na afronding van deze fase ben je op een niveau waar je zonder drijfmiddelen de basisslagen beheerst (A-niveau).

Gemiddeld 20-25 lessen

Eindfase (EIND): "Zwemkanjer!"

In de eindfase oefenen we de 9 praktijksituaties die we toetsen in de lessen en in een wedstrijd-bad (bv de Planeet in Haarlem Noord). N.a.v. oefenmomenten in een wedstrijd-bad nodigen wij kinderen uit voor een diplomafeest! Bij een diplomafeest laten de kinderen de 9 praktijksituaties zien in feestelijke sfeer, zonder druk. Stralen zonder falen!

We sluiten af met 1 volwaardig (minimaal vergelijkbaar met ABC) **EasySwim Diploma** .

Gemiddeld 10-15 lessen

Zwemvestje

Wij werken met een EasySwim zwemvest.

Deze ontvang je bij het starten van de zwemles.

Merk het vest duidelijk.

Dit kan middels een sleutelhanger, naam op het vest, lint, tekening.

Het is vooral van belang dat jouw zoon/dochter zelf makkelijk zijn/haar vestje herkent.

In fase 3 halen we een set drijvers uit het vest, deze mag je thuis bewaren.

Als het vest niet meer nodig is graag compleet teruggeven.

Kijkweken

Wij plannen 1x in de 5 à 6 weken een kijkweek.

Je mag dan de laatste 10 minuten van de les komen kijken.



De kijklessen zijn op de website van Splash te herkennen aan het 'oogje' achter de lestijd (persoonlijke pagina > lessen en afmelden).

In de kijkweken zwemmen de fase 1/2/3 groepen **met kleding**.

De eindfase zwemt met kleding in alle EVEN weken. Dit staat los van de kijkweek.

Fase nieuw (FN): geen kleding

Fase 1 (F1): t-shirt met lange mouwen

Fase 2 (F2): t-shirt met lange mouwen, lange broek en waterschoenen

Fase 3 (F3): t-shirt met lange mouwen, lange broek en waterschoenen

Eindfase (EIND): t-shirt met lange mouwen, lange broek, waterschoenen en jas

Fase aanduiding staat op de persoonlijke pagina bij "**score en voortgang**" achter ieder onderdeel

Let op: De waterschoenen dienen te zinken, surfschoentjes zijn dus niet voldoende. Deze zijn eventueel bij ons te koop à 8,50 euro.

Afmelden en inhalen

Het afmelden van een les is mogelijk tot 20 uur van tevoren (persoonlijke pagina > lessen en afmelden). Op deze manier is het voor andere zwemmers nog mogelijk jouw plekje in te nemen. Je ontvangt het tegoed pas als de les voorbij is en de presentie is voltooid.

Je kan zelf een inhaalles plannen via persoonlijke pagina > mijn activiteiten > inhaalles plannen. Dit is een hele fijne mogelijkheid die wij bieden, maar toch vragen wij jullie zo min mogelijk lessen af te melden. Voor ons en onze zwemmers is het behouden van continuïteit en regelmaat zeer belangrijk. Zoveel mogelijk op hetzelfde moment, met dezelfde groep en dezelfde docent is het meest effectief. Daarnaast zijn wij volledig bezet, waardoor de inhaalplekken sterk afhankelijk zijn van andere afmeldingen. Tegoeden zijn nooit inwisselbaar voor geld/korting of eventuele zwemboosts en ook niet te verplaatsen naar broertjes, zusjes of andere familieleden.

Afmelden is op eigen risico.

Zwemplezier les

Bij ons staan plezier en veiligheid centraal in de zwemles. Dit zijn dan ook naast regelmaat en continuïteit twee zeer belangrijke factoren om goed en vlot te leren zwemmen. We willen dan ook benadrukken dat ieder kind in zijn eigen tempo leert en wij er alles aan doen om de juiste omgeving voor hen te creëren om zo goed mogelijk te leren zwemmen.

Zwemscores

De zwemscores in Splash zijn voor ons een fijn hulpmiddel om eenvoudig het niveau van ieder kind bij te houden en inhoudelijk de lessen voor te bereiden door de stof te differentiëren. Zo zien de docenten precies in hoeverre de kinderen per onderdeel vaardig zijn.

Hierin staat de score 1 voor "mee begonnen" ofwel, dit moeten we nog hard oefenen! Score 2 betekent "steeds beter" en score 3 staat voor "behaald". Uiteraard blijven we de kinderen altijd uitdagen en maken de docenten lessen die nauw aansluiten bij ieders niveau. Als een onderdeel behaald is zullen we dus altijd doorgaan naar een stapje moeilijker. Dit kunnen wij pas in de volgende fase gaan scoren. Als de borstcrawl behaald is oefenen we bijvoorbeeld alvast de polocrawl en als dit behaald is gaan we bijvoorbeeld een langere afstand oefenen.

Voorheen hebben wij altijd alle scores ingevuld, ook als de score gelijk bleef.

Vanaf heden gaan wij alleen nog de scores invoeren van de onderdelen waarbij er **voortgang** heeft plaatsgevonden. Het kan dus zo zijn dat er soms helemaal geen nieuwe scores zichtbaar zijn. Zo kunnen de docenten eenvoudiger zien hoe lang er geen voortgang heeft plaatsgevonden.

Schoolslag

Vooraf de schoolslag is een enorm complexe slag voor een jong kind welke veel tijd vergt om goed te automatiseren. Vanaf fase 2 werken we aan deze slag (zodra de rugslag voldoende is) en zoals hierboven al benoemd gaan we uiteraard door met alle andere onderdelen als het automatiseren van deze slag even stagneert.

Wat kan jij als ouder doen om het zwemproces zo soepel en plezierig mogelijk te maken?

-Zwemles is leuk! Maak er een plezierige activiteit van (Joepie! Je mag vandaag weer naar zwemles, veel plezier!).

-Angst is een grote vertragende factor. Ga zelf ook vrij zwemmen, douchen en badderen

-Vertrouw op onze deskundige docenten die iedere les hun uiterste inzet tonen om te zorgen dat het lukt, leeft en leert!

- Zwemmen is (vaak) de eerste sport van je kind en kan een langdurige activiteit zijn.

Gemiddeld zwemmen kinderen 20-28 maanden voordat ze hun diploma halen. Zwemmen versterkt alle spieren in je lichaam, vergroot je uithoudingsvermogen en versterkt je motorisch vermogen.

Accepteer dat ieder kind in zijn eigen tempo leert en ontwikkelt.

-Zorg voor continuïteit en probeer zoveel mogelijk lessen te volgen.

Vakanties en nationale feestdagen

De tarieven zijn gebaseerd op 4 lessen per maand, echter bevatten sommige maanden 5 lessen. Zo wordt er betaald voor $12 \times 4 = 48$ lessen, terwijl er 52 lesdagen in een jaar zitten. Dit compenseert de lesdagen waarop wij gesloten zijn.

Op nationale feestdagen en tussen kerst en oud en nieuw zijn wij gesloten.

In de zomervakantie krijgt iedereen 4 lessen tegoed om deze periode te kunnen inplannen.

De huidige zwemlessen en lestijden komen in deze periode te vervallen.

Je kunt dus je eigen 4 lessen inplannen gedurende de geopende zomerweken.

Contact/Receptie

Maandag tot donderdag vanaf 15:00- 22:00 uur

Vrijdag van 14:00-19:00 uur

Zaterdag-zondag van 09:00-15:00 uur.

Je kunt dan langskomen of bellen naar 023-5336853.

Mail: info@presport.nl (wij streven ernaar alle e-mail binnen 3 werkdagen te beantwoorden).

Bedankt voor het vertrouwen in onze zwemschool en veel zwemplezier!