



Plask & Leg 4-5 år

Beskrivelse og forudsætninger:

Plask & Leg er for børn på 4-5 år, der kan klare sig uden en forælder i vandet. Forælderen bør bringe og hente barnet, men ikke være til stede i hallen, mens der undervises. Holdtypen foregår i vand, der er mellem 26-30°C varmt og 60-90 cm dybt (alt efter hal).

På Plask & Leg skal børnene arbejde med de fire grundfærdigheder, med det formål at gøre børnene fortrolige med vandet, ud fra mest basale og elementære færdigheder. De fire grundfærdigheder er:

- Vejrtrækning
- Balance
- Bevægelse
- Elementskifte

Indlæringen af grundfærdighederne sker gennem legeaktiviteter. På den måde lærer børnene, at det er sjovt og trygt at bevæge sig i og blive fortrolige med vandet. Samt begynder de at lære hvordan det at kunne bruge kroppen, kan påvirke vandet omkring sig.

Udover grundfærdighederne, arbejdes der også med mere generelle ting, såsom:

- At kunne deltage på et hold sammen med andre børn
- At forstå og kende til regler om hvordan man går i svømmehallen og omklædningen
- At lære bassinet at kende
- At modtage en besked og omsætte den til aktivitet
- At indgå i simple paraktiviteter (fx kaste bold til hinanden, plaskeben 2 og 2 med en orm)
- At indgå i simple rundkredsaktiviteter (fx 10-20-30, puste ballon).