

Svømmeskolestævne, events og om, ikke at komme først...

Af eventansvarlig, Rune Viskinde (rune@hsk.dk)

Et af de værktøjer som alle vores trænere har i værktøjskassen, når de forbereder deres undervisning, er vores sæsonplaner. Igennem årene har vi udarbejdet sæsonplaner til alle holdtyper i Svømmeskolen. Her har vi inddelt året i perioder, læringsmål og færdigheder. I sæsonplanen indgår også link til videoer, hvor trænere kan se øvelserne udført korrekt. Vi giver dermed vores bud på, hvordan man skaber den bedste svømmeundervisning til både børn og voksne. Sæsonplanerne indeholder også inspiration til formålsbaserede aktiviteter og fælleslege, så vi uge efter uge kan stå klar på kanten med en sjov og udbytterig undervisning.

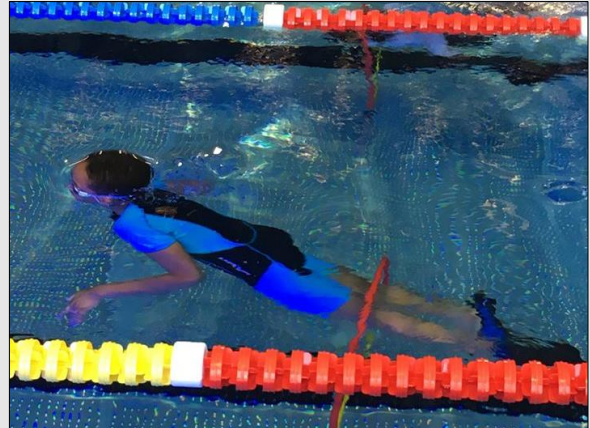
Vi lærer igennem leg

I løbet af en sæson i Hovedstadens Svømmeklub inviterer vi vores svømmere til en lang række events og aktiviteter i Svømmeskolen. Et eksempel herpå er vores netop overståede Svømmeskolestævne. Stævnet forløb over en hel weekend i marts og samlede næsten 700 forventningsfulde svømmere, omkring 100 trænere og hjælpetrænere, en masse frivillige og naturligvis en hel hær af stolte forældre og bedsteforældre på kanten.



Forhindringsbanen fra Svømmeskolestævnet.

Svømmeskolestævnet afspejler på mange måder hverdagen i Svømmeskolen, ved at have fokus på sjove aktiviteter og udfordringer i vand. Stævnet handlede nemlig om andet og langt mere end at blot komme først.



Forhindringsbanen fra Svømmeskolestævnet.

Først og fremmest havde svømmerne en sjov dag med deres trænere og svømmekammerater. Opgaverne i vandet var mange, de skulle både dykke, kravle op over forhindringer, slå koldbøtter og svømme løb der passede til deres alder og niveau.

Den slags aktiviteter er netop tænkt ind i Svømmeskolens hverdag, når vi underviser vores svømmere i Svømmeskolen uge efter uge, børn såvel som voksne.

I Hovedstadens Svømmeklub er vi nemlig af den overbevisning, at børn og voksne lærer bedst, når de trives og har det sjovt. Derfor vil I ofte se formålsbestemte lege, boldspil og sjove aktiviteter, når vi lærer vores svømmere at begå sig i vand.

Vidste du at.....??

- I Svømmeskolen består teamet lige nu af omkring 250 trænere og hjælpetrænere.
- Alle trænere og hjælpetrænere er specialuddannede og har livredderprøver.
- Hovedstadens svømmeklub er den største idrætsforening i Danmark. Vi rundede 10.000 medlemmer i 2018.