

SEIZOEN 11

SWIM 2018-2019

"NATTE GYMLES"

(bewegingsonderwijs in het water)

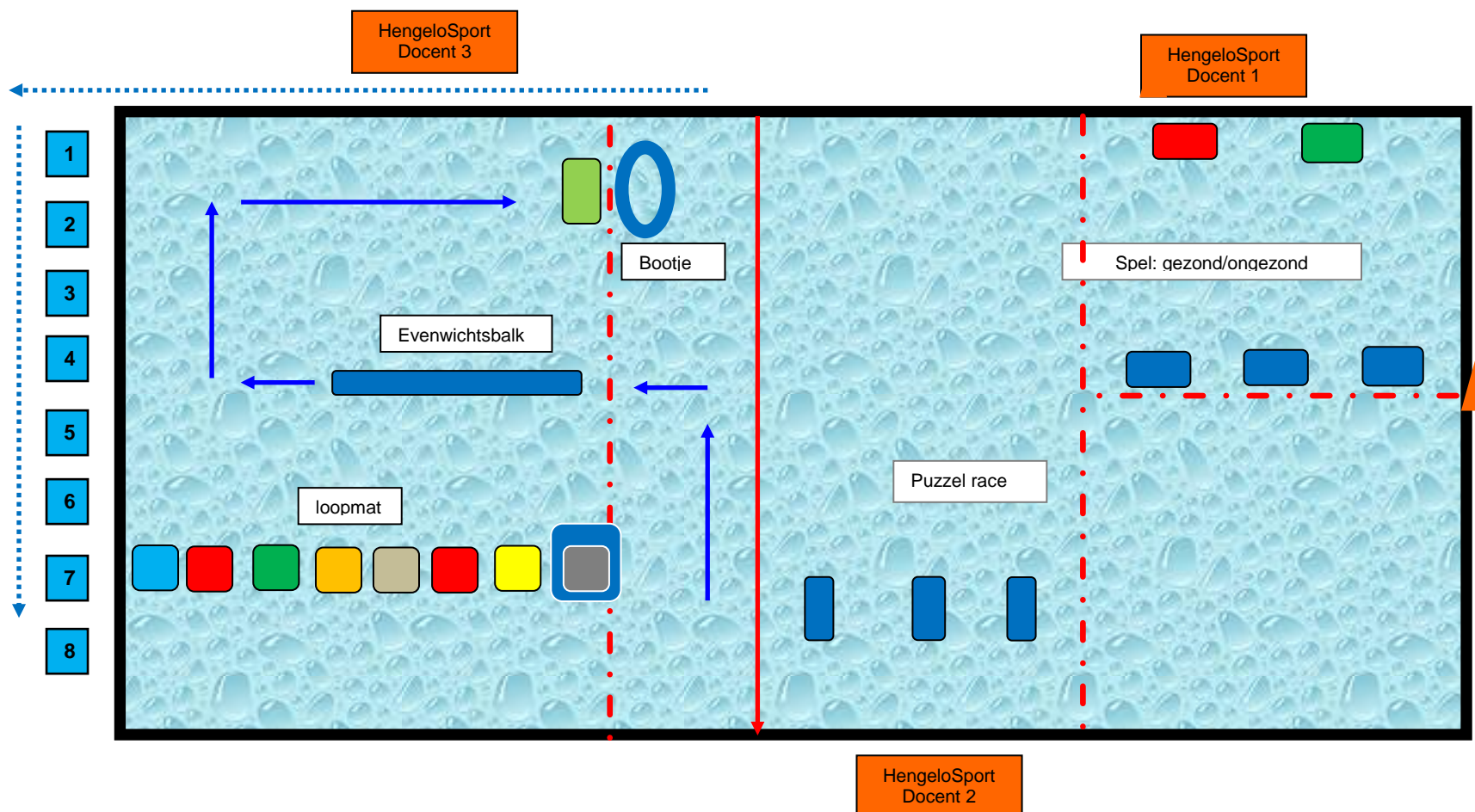
LES 2

groep 3 en 4

THEMA: zwemmen als spel, parcours, race

Hengelo Sport SWIM 2018-2019		6 december t/m 7 februari Sportbad	
LES 2 (11)	Zwemmen de basis	MATERIAAL	3 x breedtelijn, spelkaarten gezond/ongezond
THEMA	Zwemmen als spel, parcours, race		Loopmat, evenwichtsbalk,
DOELSTELLING	niveau bepalen met basisoefeningen van diploma A/B/C voorbereiden en herhalen voor A/B/C diploma		15 matten, bootje
			Blokken

Van 9 december t/m 7 februari organiseert Hengelo Sport deze voor de groepen 3&4. Het les rooster staat online op www.hengelosport.nl



LES 2 groep 3 & 4 (seizoen 11) PROGRAMMA Zwemmen als RACE

DOELSTELLING: Kinderen kennis laten maken met het Sportbad, aftasten van de zwemvaardigheid van de groep. In kaart brengen van de bijzonderheden.

nr	tijd	wat doen we	instructie
1	00-05	Informatie / zwembandjes	informatie Hengelo Sport SWIM voor docenten, ouders, kinderen. zwemtijden, wat te doen bij binnenkomst, niets moet en (bijna) alles mag, we gaan het wel proberen , geluid, time-out, kleding, huisregels, veiligheid, meedoen, douchen, kleedkamers.
2	05-20 (15 min)	Activiteit 1: Parcour	De kinderen klimmen en klauteren over verschillende obstakels in het water.
3	20-35 (15 min)	Activiteit 2: Spel gezond/ongezond	De kinderen zwemmen naar de matten bij de lijn (verschillende zwemtechnieken) en halen een spelkaart op en nemen die mee naar de kant en leggen de kaart op de goede mat (gezond of ongezond)
4	35-50 (15 min)	Activiteit 3: puzzel Race	3 matten ± 3 kinderen per mat. Kinderen varen met de mat en een puzzelstuk naar de overkant. Als alle puzzelstukken aan de overkant zijn mag de puzzel gemaakt worden.

Afhankelijk van het niveau van de groep worden de lessen aangepast

niets moet, alles mag, we gaan het gewoon proberen

LES 2 groep 3 & 4 (seizoen 11) EVALUATIE

SWIM DOCENTEN:

SCHOOL en GROEP:

SCHOOLDOCENTEN:

TOTAAL
AANTAL KINDEREN
AANWEZIG

..

nr	tijd	wat doen we	opmerking
1	00-05	informatie	
2	05-20 (15 min)	Activiteit 1: Parcour	
3	20-35 (15 min)	Activiteit 2: Spel gezond/ongezond	
4			
5	35-50 (15 min)	Activiteit 3:	

voldeed de les aan de doelstelling?	JA/NEE	Opmerking:	totaal cijfer (tussen 1 en 10)
	..	Tips:

