



Eelkooliealiste laste ujumine - MÄNGULISELT UJUMA

Laupäeval, 21. septembril, 2013 Tartus

Koolitaja: **Ingrid Tullus**, Rocca al Mare Kooli ujumisõpetaja, eelkooliealiste laste ujumistreener

Koht: Tartu Hotelli konverentsikeskus (Soola 3) ja Aura Keskuses (Turu 10)

Koolituse maht: 6 akadeemilist tundi

Ajakava:

10.45 -11.00 – Registreerumine

11.00 - 12.30 - Loeng-seminar **Ujumise vajalikkus, ujumise õpetamine läbi mänguliste meetodite**

12.30 - 12.45 - Kohvipaus

12.45 - 14.15 - Jätkub loeng-seminar **Mängud vees, julgustamine, algõppe põhialused**

14.15 - 15.00 - Lõuna vaheaeg

15.00 - 16.30 - **Praktiline tund ujulas** (Aura Keskus)

Koolitusele on oodatud osalema kõik, kes tegelevad aktiivselt laste ja noorte kehalise kasvatuse ja spordiga ning näevad ujumise algõpetuse alaste teadmiste täiendamises oma erialast arenguvõimalust.

Koolituse eesmärk: **ujumise algõpetus läbi mängu eelkooliealistele lastele**

Mänguline lähenemine:

Loob lastele turvatunde,

Tekitab usaldusliku suhte treeneriga ning

Annab võimaluse kõikidel lastel end vees ühtmoodi hästi tunda.

Koolitusel:

1. Keskendatakse eelkooliealiste ujumise algõpetuse metoodikale:

Veega harjumine,

Välja-vette hingamine,

Libisemise asend,

Jalgade töö ja sukeldumine.

2. Pakutakse ideid ujumistunni käigus vees kasutatavatest harjutustest ja mängudest.

3. Läbitakse näidistund osalejatega ujulas.

Koolituse läbinud osaleja teab ja oskab:

Juhendada lapsi veega kohanema,

Loob basseinis turvalise keskkonna,

Juhendada erinevaid veemänge,

Ujumise algõppe põhialuseid (vette-välja hingamine, keha asendid vees, libisemine)

Koolituse tasu: **30 EUR** (koolitus, sissepääs Aura Keskusesse ja tunnistus)

Eelregistreerumine: info@ujumine.ee kuni kohti jagub (Nimi, kontakttelefon, e-post, isikukood)

Koolituse projektijuht:

Kaja Haljaste

+372 51 17 839/



Ujumise Spordiklubi MTÜ

Turu 8

51014 Tartu

Registrikood 80200598

Tel +372 51 17 839

info@ujumine.ee

www.ujumine.ee

Swedbank: 2210 2512 8610

SWIFT: HABAE2X

IBAN: EE632200221025128610