

## Tiedote uimaopetukseen osallistuvan lapsen huoltajille



Lapsenne osallistuu Kouvolan kaupungin järjestämään uimakouluun. Me uimaopettajat haluamme tämän kirjeen muodossa kertoa vähän uimakoulusta, sen säännöistä ja mihin kannattaa varautua. Toivomme huoltajilta kannustavaa asennoitumista uimaopetukseen ja uimiseen. Toivoisimme myös, että kävisitte tutustumassa uimahalliin, sen sääntöihin ja veteen jo etukäteen. Näin lapsenne saavat uimakoulusta enemmän irti, sillä opetettavaa asiaa on paljon ja aikaa valitettavasti vähän. Opetuksen jälkeen olisi myös hyvä ylläpitää taitoja käymällä uimassa perheen kanssa tai osallistumalla yleiseen uimakouluun.

Uimaopetuksemme etenee alkeisuimaopetuksen mukaisesti, johon kuuluu veteen totuttautuminen, kastautuminen, kelluminen, liukuminen ja uinti. Esikoululaisten uimaopetus tapahtuu kokonaisuudessaan pienellä altaalla, mutta jo 1-3. luokilla testaamme oppilaiden taitotason ja jaamme heidät kahteen ryhmään, isoon ja pieneen altaaseen. 1. ja 2. luokalla on omat uimaopettajat isolla sekä pienellä altaalla, mutta 3. luokalla pienen altaan opetuksen hoitaa luokanopettaja. Isoon altaaseen pääsee, kun osaa uida 10 metriä sekä selällään että vatsallaan. Pienellä altaalla jatkuu alkeisopetus ja pureudutaan tarkemmin uimisen ongelmakohtiin. Isolla altaalla käydään läpi jatko-opintoja, kuten tekniikkaa, hyppyjä, sukelluksia ja matkauintia.

Uimakoulussa ohjeiden kuuntelun merkitys korostuu ja onkin tärkeää, että lapset tietävät sen jo etukäteen. Hallissa on paljon turvallisuuteen ja yleiseen viihtyvyyteen liittyviä sääntöjä, joita täytyy noudattaa. Toivomme, että kerrotte niistä jo etukäteen lapsellenne. Tiukan aikataulun vuoksi pukeutumisen ja peseytymisen tulee tapahtua ripeästi, mutta rauhallisesti. Lapsen tulee myös pystyä kastelemaan hiukset ja kasvot ennen uintia.

Vaikka kokonaisvastuu onkin koululla, sen rehtorilla sekä opetukseen osallistuvalla luokanopettajalla, on myös uimaopettajan hyvä tietää, jos lapsella on rajoitteita tai erityistarpeita ja niihin liittyviä lääkityksiä sekä mahdollisia ensiaputoimenpiteitä. Osallistuvan luokanopettajan on tunnettava oppilaansa ja heidän tarpeensa, mutta terveyteen liittyvät tiedot ovat salassa pidettäviä, joten huoltajan tulee erikseen antaa lupa luovuttaa näitä tietoja uimaopettajille. Uimaopettajilla on myös vaitiolovelvollisuus.

Mukaan uimakouluun tarvitset, uimapuvun tai -housut (emme suosittele uimashortseja), pyyhe, pesuaine, pefletti, pitkille hiuksille hiuslenkki sekä uimalasit. Maskilaseja emme toivo uimaopetukseen otettavan ollenkaan mukaan, sillä uintiin liittyvät hengitysharjoitukset eivät maskilaseilla onnistu. Uimalaseja on myös uimakoulussa lainattavissa.



Odotamme innolla lapsenne uimakoulun alkua. Toivomme paljon kannustusta ja myönteistä asennetta uimakouluun. Uinti on iloinen asia, hyvä harrastus ja mukavaa ajanvietettä, mutta ennen kaikkea se on halpa henkivakuutus!

Iloisin terveisin uimaopettajat

Mari Kiuru, Tuija Puustinen,  
Harri Koski sekä Sara Grönlund

