

„Õpime ujuma“ koolitused ujumise algõpetuse tundide läbiviijatele.

Koolitusel „Õpime ujuma“ on suur praktilise õppe osakaal, mis annab ujumise algõpetuse kursuste läbiviimiseks vajalikud oskused ja teadmised.

Koolitusel osaleja omandab:

- Ujumise algõpetuse metoodika, mis põhineb laste järkjärgulisel arengul ja hõlmab järgmisi teemasid:
 - veega kohanemine
 - sukeldumine
 - hõljumine
 - libisemine
 - vees edasiliikumine.
- Algelise selili ja krooli ujumaõpetamise metoodika ja harjutusvara.
- Ujumise algõpetuse tundide läbiviimiseks vajalikud pedagoogilised teadmised ja oskused.
- Veeohutusalsed teadmised ja praktilised oskused.

Koolituse ülesehitus

Koolitus koosneb nii teoreetilist kui praktilist osast. Koolituse praktiline osa toimub basseinis tsüklite kaupa, kus igal osalejal on oma vastutav roll või ülesanne.

Koolitus on ülesse ehitatud nii, et kõigil on võimalik ka ise aktiivselt kaasa mõelda ja olla loovad.

Koolituse metoodika

Koolitused toimuvad ujumise algõpetuse raamatu „Õpime ujuma“ metoodika alusel. Raamat sisaldab rikkalikku harjutusvara ning selgitab ujuma õpetamise olulisi pedagoogilisi nüansse - nt, kuidas ujuma õpetades lähtuda lapse arendamisest tervikuna või kuidas stimuleerida õppija tegevust erinevate meelte kaudu.

Kogu koolituse vältel toimub palju tööd gruppides, kus tuleb tegutseda etteantud ajalimiidi piires raamatus käsitletud teemade kaupa, olles kord juhendaja ja kord juhendatav. Koolitusel käsitletavat teemat on järjestatud etappidena, kus enne järgmisele etapile liikumist peab olema eelmine täielikult omandatud. Seda metoodikat kasutatakse ka laste puhul, kus on väga oluline veega kohanemine ja sukelduma õppimine ning lapse valmisolekul liigutakse järk-järgult edasi järgmiste oskuste omandamise juurde. Raamatus sisaldub ka nn märkide süsteemi kirjeldus, mille abil on võimalik lapsi järk-järgult motiveerida vees oskusi omandama. Märkide süsteemi kohta leiab rohkem informatsiooni veebilehtedel www.swimming.ee ja www.veeohutus.ee.

Iga koolitusel osaleja saab koolituselt tasuta kaasa „Õpime ujuma“ raamatu, mida saab edaspidi kasutada õppematerjalina ujumistundide läbiviimisel. Norra keelest tõlgitud teos on valminud koostöös Norra Ujumisliiduga Norra Euroopa Majanduspiirkonna toetuste ja Norra toetuste vahendusel ning sisaldab endas parimaid ujumisõppe praktikaid kogu maailmast.

Raamatu „Õpime ujuma“ autor Per Irgens rõhutas teose tutvustamisel, et algõppe esimeses faasis tehtud vead ja möödalaskmised maksavad kätte juba hilisemas etapis, kus keskendutakse edasiliikumisele ja täiuslikule liigutuste sooritusele.

Koolituse praktilises osas on kõigil osalejatel võimalik nõ. omal nahal veenduda harjutuste sooritusraskuses ja tunni intensiivsuse olulisuses ning samuti märgata juurdeviivate harjutuste olulisi detaile.

Lisaks harjutusvarale käsitletakse koolitusel ka pikemalt tunni ülesehitust ja ajalist kestvust, gruppide suurust ja basseini kasutust erinevates ujumisõppe etappides.

Tundides iga harjutuse soorituse ajal on olulisteks märksõnadeks: turvalisus, aktiivsus, silmside ja suhtlemine.

Koolitust korraldavad: Päästeamet, Selts Eesti Vetelpääste ja Eesti Ujumisliit

Koolitust kaasrahastab: Päästeamet

Koolitust toetavad: Kultuuriministeerium ja Rahandusministeerium Euroopa Majanduspiirkonna ja Norra toetuste vahendusel



KULTUURIMINISTEERIUM

