

## Retningslinier for deltagelse i svømmeundervisning i Hvidovre Svømmeklub

Velkommen til en forhåbentlig udbytterig sæson i Hvidovre Svømmeklub. Med den følgende introduktion, vil vi fortælle lidt om de almindelige regler for deltagelse i svømmeundervisning i klubben.

- Deltagerne skal vaskes grundigt med sæbe inden start. Håret skal vaskes med shampoo. Når barnet er fyldt 7 år, skal det benytte det omklædningsrum, der svarer til dets køn.  
Det anbefales at langhårede børn bruger badehætte i bassinet. De fleste instruktører vil desuden anbefale svømmebriller.
- Ingen børn må gå ind i hallen før holdets instruktør eller føl er i hallen. Det er ikke tilstrækkeligt, at forældrene går med ind, da klubben alene har ansvaret for børnene i hallen.
- På Langhøjskolen skal der altid være to instruktører til stede. Hvis én af instruktørerne er fraværende, og der ikke kan skaffes vikar, aflyses svømningen af sikkerhedshensyn. Heller ikke her må forældre erstatte en instruktør.
- Mens instruktørerne underviser, skal deres opmærksomhed være rettet mod børnene i bassinet. Derfor kan forældre ikke tale med en instruktør imens.

Forældre skal ikke være "hjælpetræner" for eget barn, heller ikke når det ser ud som om, der er brug for det. Børnene kan bedre koncentrere sig om svømningen, når de ved, hvem der bestemmer.

### **Instruktøren bestemmer, mens der er undervisning og leg i vandet.**

På mange hold er ovenstående ikke aktuelt, da forældrene bliver bedt om at opholde sig et andet sted, mens der undervises.

- Nogle gange leges lidt i noget af undervisningstiden. Legetiden er med til at gøre børn fortrolige med vandet. Desuden kan instruktørerne her iagttage hvert barns måde at reagere på.
- Der må kun være børn i et bassin, hvor der er instruktør.
- Efter "svømmetimen" skal børnene gå op af bassinet og ud til bad og omklædning. Igen skal der vaskes grundigt. Hvis et barn forlader hallen i utide, skal det give besked til en instruktør.
- Hvis forældre har spørgsmål til svømmeklubben af principiel eller administrativ art, bedes de ringe i kontortiden tirsdag kl. 12-19 og onsdag kl. 10-14 på 36 78 12 48 eller 22 42 53 52.

Hvidovre Svømmeklubs bestyrelse