

# Informasjon om symje og livredningsopplæring i skulen

Til foreldre/føresatte

## Kvifor skal barnet mitt få symje- og livredningsopplæring?

Målet med opplæringa er at barnet ditt blir trygg i, ved og på vatn. Barnet skal bli symjedyktig og i stand til å berge både seg sjølv og andre.

Gode symje- og livredningsferdigheiter gir barnet ditt moglegheit til å halde på med morsomme og sosiale vassaktivitetar på fritida, som bading saman med vener og familie, eller som mosjons- og treningsaktivitet.

## Kva skal barnet mitt læra?

Gjennom grunnskulen skal barnet gå frå å vera vasstilvendt til å kunne symje med varierte teknikkar over og under vatn, over lengre distansar. Barnet skal også gå frå å kunne tilkalle hjelp, berge seg sjølv og til å kunne utføre livredning i vatn. Dette står nedskrive i læreplanen for kroppsøvingfaget.

Fra hausten 2017 er det obligatorisk for skulen å sikre at barnet ditt er symjedyktig etter 4. klasse.

## Kva vil det sei å vera symjedyktig?

Barnet ditt blir vurdert som symjedyktig når det kan dette uti på djupt vatn, for så å symje 100 meter på magen, og undervegs dykke ned og hente ein gjenstand med hendene, stoppe og kvile i 3 minutt (samstundes flyte på magen, orientere seg, rulle over, flyte på rygg); så symje 100 meter på rygg og ta seg opp på land.

## Korleis skal skulen vurdere om mitt barn er symjedyktig?

Skulen er pålagd å bruke sju obligatoriske øvingar for å kartleggje om barnet er symjedyktig. Desse sju utgjer det som vert kalla «den obligatoriske ferdighetsprøven». Øvingane skal inngå i opplæringa undervegs, og skal ikkje gjennomførast som éin test.

Øvingane byrjar med det enklaste først og blir meir krevjande etter kvart. Den sjuande og siste obligatoriske øvinga kartleggjer om barnet ditt er symjedyktig.

### Kva kan eg bidra med?

Som forelder/føresatt er det fleire ting du kan gjere for å bidra til at barnet ditt blir symjedyktig. Lat gjerne barnet få leike i dusj, badekar og servant, under kontrollerte forhold. Lat barnet bli vane med å få vatn i andletet, og lær det å blåse bobler med både munn og nase (til dømes «no skal vi vera motorbåt» eller «no skal vi koke poteter»). Etter kvart kan de øve på å sjå under vatn (kanskje finst det skattar på botn?). Ta det i barnet sitt tempo.

Nokre barn deltek òg på symjekurs, går i symjehallen eller på stranda, på fritiden. Dette kan òg bidra positivt til at barnet blir trygg i vatn og etter kvart også symjedyktig.

I tillegg er det fint om de øver heime på garderobesituasjonen. At barnet kan kle av seg sjølv, rydde tinga sine og ikkje minst meistrer å dusje og vaske seg sjølv grundig, er viktig. Dette vil spare tid i garderoben og dermed bidra til meir tid i vatnet og til undervisning.

### Korleis føregår sjølve symje og livredningsopplæringa?

Skulane organiserer opplæringa på ulike måtar, men det er vanleg at gutar og jenter bader saman, men dusjer kvar for seg. Dei yngste elevane har gjerne ein vaksen, av same kjønn, med seg i garderoben.

Det er også vanleg at deler av opplæringa føregår utandørs. Dette gjer ein for at barna skal få kunnskapar og ferdigheiter om korleis dei skal ferdast trygt i, ved og på vatn.

Det er eit krav om at det alltid skal vera ein som er utdanna lærar tilstades i opplæringa. Den eller dei som skal undervise barna må òg kunne symje og kunne livredning. Skulen er pålagt å ha gode sikkerheitsrutiner for opplæringa, så barnet ditt skal bli godt ivaretatt, både i basseng og utandørs.

### Eleven si rett

Dersom barnet, eller du/de som foreldre/føresatte, ikkje føler han eller ho får tilstrekkeleg god symje- og livredningsopplæring kan de klage til rektor. Dersom klagen ikkje fører fram kan de kontakte Fylkesmannen. Det er Fylkesmannen sitt kontor som fører tilsyn med kommunen og skulen.

### Kven kan svare på mine spørsmål?

Ta kontakt med kontaktlærer, rektor eller FAU-representant på skulen, dersom du har spørsmål om korleis opplæringa er lagt opp for ditt barn.