



ÉLMÉNYÚSZÁS



Ússz örömmel, ússz könnyedén!

CSALÁDIAS KÖZEG

- támogató kommunikáció
- csendes és barátságos környezet
- napfényes könnyed medencetér, 4 sávós, 25m-es
- fokozatosan mélyülő medence

KIS LÉTSZÁMÚ CSOPORTOK

- életkornak megfelelő oktatásmódszertan
- mindig jut rád idő és figyelem
- tudásszint szerinti csoportok

KELLEMESES VÍZHŐFOK

- 28-29 fokos a víz
- ideális az örömteli tanuláshoz
- örömmel tartózkodnak benne a gyerekek

SZAKKÉPZETT EDZŐK ÉS OKTATÓK

- MÚSZ engedély
- tudásmegosztás
- nemzetközi és hazai trendek összevetése és követése

FLOW ÉLMÉNY

- játékos tanulás
- fokozatosság elve
- belső motiváción alapuló fejlődés
- fejlesztési pontok és dícséret

MÓDSZERTAN

- több, mint úszás - safety first
- magasszintű technikai képzés
- valós úszástudás
- nyomonkövethető fejlődés
- fejlődési napló szülőknek
- motivációs kártya gyerekeknek

Csendes családias környezetben várunk,
ahol tudásszint szerinti mini- és kiscsoportokban tanulhatsz úszni,
és már a kezdetektől a magasszintű alapechnikát tanulod,
így az eredmény valós úszástudás lesz.



telefon
+36 20 401 3331
+36 20 999 3000



Web
www.elmenyuszas.hu



Email
elmenyuszas@gmail.com

FILOZÓFIÁNK

Vízben lenni jó! Legyen öröm és könnyed az úszás!

Anyaként, nőként, oktatóként azt vettük észre, hogy a gyerekek egy része rövidebb-hosszabb időn belül lemorzsolódik a vizes foglalkozásokról.

Ezért gondoltuk újra az úszófoglalkozásokat minden korosztály számára.

Élményalapú úszásoktatásnak neveztük.

Ez egy előremutató pedagógiai program, ahol pozitív megerősítések nyomán fejlesztjük a gyerekeket, és felnőtteket. Mindenkit személyre szabottan, úgy, hogy a számára legkellemesebb úton jusson el céljához, az önfeledt örömuszáshoz. Így, a különböző dinamikával fejlődő gyerekek és felnőttek jókedvvel töltik az időt az uszodai foglalkozásokon.

Célunk, hogy vidám, egészséges gyerekeket lássunk az uszodákban, és a felnőtteknek is a mindennapok örömteli része legyen az úszás. Stabil technikai és pedagógia alapot teremtsünk, és belépőt a vizes sportok akár elit világába.

Célok

- örömmel, szívesen vegyenek részt gyerekek és felnőttek az órákon
- flow élmény elérése
- stresszmentes, örömmel teli, tartalmas foglalkozások
- csapatépítés
- az úszás a járáshoz hasonló természetes és könnyed mozgásformává váljon (életkortól függően 100-1000 m úszása könnyedén és örömmel, a tanult úszásnemekben)
- az itt tanult úszástechnika belépő lehet a vizes sportok elit világába is

Módszertan

- fokozatosság elve - stabil alapozás, fokozatos technikai építkezés,
- belső motiváción alapuló önfejlesztés,
- csapatmunka - együttműködés!
- tudásmegosztás
- partnerség, intenzív kommunikáció a gyerekekkel és a szülőkkel
- BIZALOM a „vízhez”, oktatókhoz, edzőkhöz, egymáshoz
- fejlesztési pontok vannak és dicséret
- kinetikus, proprioceptív fejlesztés (tudatos testérzet)
- jutalmazás - életkornak megfelelő apró kedves meglepetések (vízikütyü, kitűző, matrica, sapka, póló...)
- fejlődési napló, motivációs kártya /visszajelzés a gyerekeknek és a szülőknek ahol nyomon követhetik a fejlődést



Okrutay Nati

Úszóedző, oktató



Szöllősi Bori

Úszásoktató