

Simkunnighet

Problem som kan uppstå vid undervisning av nybörjare och förslag på lösningar

Problem	Orsak	Korrektion
Skakar	Rädsla Kyla	Stöttning, beröm. Massor av lekar och fasta övningar. Varmare bassäng
Ont i ögonen Gnuggar ögonen	Vattnets kemiska sammansättning i obalans. För lång vistelse under vattnet.	Blinka bort vattnet. Simglasögon. Kontrollera vattnets kvalitet.
Vill inte öppna ögonen.	Rädsla under vattnet. Ont i ögonen.	Simglasögon/cyklop Roliga lekar med färgglada leksaker på botten.
Vill inte blåsa bubblor.	Rädsla för att ha ansiktet nära vattnet.	Stöttning och beröm. Andningsövningar. Simglasögon/cyklop.
Släpper inte kanten.	Rädsla Problem med det vestibulära sinnet.	Stöttning och beröm. Använda flythjälp medel. Roliga lekar!
Släpper inte botten med fötterna.	Rädsla Problem med det vestibulära sinnet.	Stöttning och beröm. Använda flythjälpmedel. Roliga lekar!