

# Sköldpaddan



## Välkommen till sköldpaddan!

I sköldpaddan är barnen i vattnet utan förälder.

Förkunskap är att klara målen för baddaren.

Målen är att glida 5 sek utan att röra botten med ansiktet i vattnet, flyta 5 sek på i ryggläge för att sen vända över på mage och flyta med ansiktet i vattnet. Simma 5 m i valfritt simsätt.

Innehållet är bl.a. Utökad balans och vattenvana i vattnet, fortsatt inläring av frisim, ryggsim. Öva på att andas rätt i vattnet.

Här tar vi märke sköldpaddan & bläckfisken.

Åldern är ca. 5-8 år.

