

Informasjon til foresatte

Det vil bli gjennomført et kurs i selvberging for 4.-7. klasse på Spildra skole **fredag 4. juni**.

Dette brevet sier noe om bakgrunn og innhold.

Kunnskapsløftet sier at etter 7. klasse skal elevene kunne: Vurdere sikkerhet i uteaktivitet og naturferdsel og gjennomføre selvberging i vann.

Dette er et mål som elevene skal ha nådd når de er ferdig med 7. klasse. Vi på Spildra skole ønsker at elevene skal øve på dette i 4. - 7. klasse. Vi er en kystkommune og det at elevene får øve på å falle ut i kaldt vann og komme seg trygt på land, er viktig.

Mål med dette opplegget er følgende:

- Elevene skal erfare hvordan det er å falle i havet med klær og redningsvest.
- Elevene skal erfare hvordan de reagerer på kaldt vann og hvordan de kan gjenvinne kontrollen.
- Elevene skal erfare hvordan de kan komme seg inn til land, samt ta seg ut av vannet iført klær og redningsvest.
- Elevene skal få kunnskap om hvordan de skal kunne få tilbake og opprettholde normal kroppstemperatur etter at man har falt i vannet.

Praktiske opplysninger rundt opplegget.

Dette er ikke væravhengig og blir gjennomført uansett vær. Det vil bli satt opp lavvo ved kursplassen hvor elevene skal skifte etter at de har vært i vannet. Det vil ikke være oppvarming i lavvoene. All svømming på dypt vann vil foregå med redningsvest. Alt utstyr som trengs til opplegget vil instruktør stå for. Redningsvester/båt/etc Instruktører er Stein – Eirik Hansen og Cato Olsen, samt lærere og fagarbeidere i klassen. Foresatte som ønsker å være med, er hjertelig velkommen.

Elevene må ha med seg følgende:

Klær som skal brukes til å bade i: Varmt undertøy, jakke og bukse, sko som skal brukes i vannet, lue og votter.

Klær for å ha på seg etterpå: Varmt undertøy, vindtett/vanntett jakke og bukse, tørre sko, varme tørre sokker, lue og votter. Håndduk er lurt.

Jeg er herved informert om opplegget og godkjenner at _____ deltar på dette.

Elevens navn

Dato og underskrift _____

