



**American
Red Cross**



LEARN TO SWIM PROGRAM

The Learn to Swim program offers our children the opportunity to learn how to swim, be safe in, on and around the water and to swim well. Learning how to swim can empower your child and create a life-long love of aquatic activities.

All **Brentwood Elementary School students in grades K - 5th** are eligible for this program. Child must be at least 5 years old and currently attending one of the elementary schools in the district.

The Spring 2023 Session will be running on **Saturdays** at the Ross Center Pool in Brentwood High School beginning on **January 21st**.

Program guidelines are as followed:

Parents/Guardians must remain in the waiting area; **No drop offs permitted**

Children must commit for the full 10- week program

Children must attend the session they registered for and there are **NO Make Up** sessions

Please refer to the following swim level descriptions on the next page to ensure your child is signed up for the correct class.

Please note that **Student's ID number is required for registration**. Your child's Student ID number can be found in ParentSquare app by click on your child's name then click *Overview*.

CLASSES WILL BE FILLED ON A FIRST COME FIRST SERVE BASIS



Swim Level Descriptions

Level 1 - Introduction to Water Skills

Age: Elementary students 5-6 years old

No swim skills required for this basic level, instructor aids with all skills

Level 2 - Introduction to Water Skills

Age: Elementary students 5 to 11 years old

Begin to swim independently. Must be able to demonstrate back floating for 5 seconds, glide two body lengths, retrieve submerged objects and crawl stroke 3 body lengths.

Level 3 - Stroke Development

Age: Elementary students 6 years old and up

Participants will swim independently. Must be able to float or tread water for 15 seconds and crawl stroke 3 body lengths.

Level 4 - Stroke Improvement

Age: Elementary students 8 years old and up

Develop confidence with front crawl and introduce backstroke, breaststroke, sidestroke, increase endurance, rhythmic breathing and begin to learn deep- water skills.

Level 5 - Stroke Refinement

Age: Elementary students 8 years old and up

A child must have passed level 4 and be able to swim front and back crawl for 25 yards; elementary backstroke, breaststroke, butterfly, and sidestroke for 15 yards; and perform a standing front dive.



**American
Red Cross**



PROGRAMA APRENDER A NADAR

Estamos muy contentos de traer de vuelta el programa Learn to Swim este otoño después de su exitosa introducción durante el verano. El programa ofrece a nuestros niños la oportunidad de aprender a nadar, a estar seguros dentro y alrededor del agua y a nadar bien. Aprender a nadar puede empoderar a su hijo y crear un amor por las actividades acuáticas para toda la vida.

Todos los estudiantes de la escuela primaria de Brentwood de jardín de infantes a quinto grado son elegibles para este programa. El niño debe tener al menos 5 años y actualmente asistir a una de las escuelas primarias del distrito.

La sesión de primavera de 2023 se llevará a cabo los **sábados** en la piscina del Ross Center en Brentwood High School a partir del 21 de enero.

Las pautas del programa son las siguientes:

Los padres / tutores deben permanecer en el área de espera; **No se permite dejarlos**

Los niños deben comprometerse para el programa completo de 10 semanas

Los niños deben asistir a la sesión para la que se registraron y **NO hay sesiones de recuperación.**

Consulte las siguientes descripciones de los niveles de natación en la página siguiente para asegurarse de que su hijo esté inscrito en la clase correcta.

Tenga en cuenta que **se requiere el número de identificación del estudiante** para registrarse. El número de identificación de estudiante de su hijo se puede encontrar en la aplicación ParentSquare haciendo clic en el nombre de su hijo y luego en Visión general.

LAS CLASES SERÁN LLENADAS SOBRE LA BASE DE PRIMER VEN PRIMERO SERVICIO



Descripciones de los Niveles de Natación

Nivel 1 - Introducción a las habilidades acuáticas

Edad: Estudiantes de primaria 5-6 años

No se requieren habilidades de natación para este nivel básico, el instructor ayuda con todas las habilidades

Nivel 2 - Introducción a las habilidades acuáticas

Edad: Estudiantes de primaria de 5 a 11 años

Empiece a nadar de forma independiente. Debe ser capaz de demostrar que la espalda flota durante 5 segundos, deslizarse a dos longitudes de cuerpo, recuperar objetos sumergidos y gatear a 3 longitudes de cuerpo.

Nivel 3 - Desarrollo de Stoke

Edad: Estudiantes de primaria de 6 años en adelante

Los participantes nadarán de forma independiente. Debe poder flotar o pisar el agua durante 15 segundos y gatear en 3 longitudes de cuerpo.

Nivel 4 - Mejora del trazo

Edad: Estudiantes de primaria de 8 años en adelante

Desarrolle la confianza con el crol de frente e introduzca la espalda, la braza, la brazada de costado, aumente la resistencia, la respiración rítmica y comience a aprender habilidades en aguas profundas.

Nivel 5 - Refinamiento de la carrera

Edad: Estudiantes de primaria de 8 años en adelante

Un niño debe haber pasado el nivel 4 y ser capaz de nadar hacia adelante y hacia atrás gateando durante 25 yardas; espalda elemental, braza, mariposa y carrera lateral para 15 yardas; y realizar una inmersión frontal de pie.