



Auf ins Wasser

Warum Schwimmen lernen für Kinder so wichtig ist

Zu ihrer eigenen Sicherheit sollten Kinder so früh wie möglich schwimmen lernen! Schwimmen ist überlebenswichtig!



Eine gute Orientierung im Wasser und das Vertrauen in sich selbst und das eigene Können geben Sicherheit. Das Glücksgefühl über den eigenen Fortschritt motiviert, baut das Selbstbewusstsein auf und macht Lust auf weitere Erfahrungen im Wasser.

Die Kunst der kleinen Schritte

Wassergewöhnung

Wasserscheuen Kindern soll die Angst vor dem Element Wasser genommen werden, wie Wasser ins Gesicht spritzen. Spiel und Spaß stehen im Vordergrund.

Wasserbewältigung

Einfache, natürliche Bewegungen (wie Untertauchen, Gleiten, Schweben, Springen) und das Wohlbefinden im Wasser sind für weitere Schritte sehr wichtig.

Erste Bewegungen

Hundepaddeln, erste Kraulbewegungen mit und ohne Schwimmhilfen im Nichtschwimmer Bereich. Bewegung ist hier das Ziel, bevor die Technik gelehrt wird.

Schwimmen erlernen

Bewusstes Üben, Automatisieren, schrittweise die Hilfsmittel reduzieren und die Wassertiefe verändern.

Tipps - Spiele im Wasser

Spiele zur Wassergewöhnung

Ein kleiner Reifen wird auf das Wasser gelegt. Das Kind steht davor und beginnt sich Hände, Gesicht, ... zu waschen (wie vor einem Waschbecken.)

Das Kind versucht das Gesicht im Reifen zuerst seitlich, dann frontal auf das Wasser zu legen.

Gemeinsam einen schwimmenden Tischtennisball im Reifen übers Wasser blasen. Im Wasser durch den Reifen schauen, mit Fingern Zahlen zeigen, die das Kind zählen soll.



Zauberwassertiere

Das Kind darf ein Wassertier spielen, dass sich auf Kommando verwandeln kann.

Delphin: den Kopf untertauchen

Ente: im Wasser mit angewinkelten Armen auf und ab bewegen

Kugelfisch: tief einatmen und mit angehaltener Luft im Wasser treiben lassen

Seestern: mit ausgestreckten Armen und Beinen am Rücken im Wasser liegen

Wal: Luftblasen unter Wasser erzeugen

Juni 2021

