

## **Infos zum Kinderschwimmen mit „fun2swim“**

### **Kann ein Kind mit 3,5 Jahren oder jünger schwimmen lernen?**

Es ist eher selten als die Regel! Die Chance besteht eher ab dem Erreichen des 4 bis 5 Lebensjahr! Aber: Ja, wenn einige Voraussetzungen gegeben sind. Das Kind sollte auf jeden Fall keine Angst vor dem Tauchen haben und Bewegungsgeschick zeigen. Wichtig ist auch Konzentrationsfähigkeit und keine Angst vor einer fremden Lehrperson. Auch wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind, verhält sich ein Kind um die vier Jahre meist etwas eigenwilliger als ältere Kinder.

### **Gibt es kostenlose Probestunden?**

Nein, da wir sonst den organisatorischen Ablauf unserer Kurse durch diese Stunden stören würden.

### **Warum liegen die Kinder so tief im Wasser, wenn sie auf dem Bauch schwimmen?**

Da die Kinder den Kopf meist sehr weit nach hinten strecken, geht als Gegenreaktion das Becken nach unten und die Kinder schwimmen wie Bojen. Dieser Schwimmstil ist recht normal und verliert sich mit zunehmenden Alter und verbesserter Technik.

### **Reichen 45 Minuten als Übungseinheit?**

Ja, da die Kinder die ganze Zeit etwas Neues lernen, versuchen zu imitieren, zu beobachten und sich mit zunehmender Sicherheit, auch selbst zu beschäftigen, sind die meisten Kinder nach der Übungseinheit recht erschöpft. Durch die Kleingruppen arbeiten sie auch häufig mit dem Schwimmlehrer, was natürlich nochmals intensiver ist und unbedingt immer mit Spielpausen begleitet sein sollte. Sport besteht nun mal aus Anspannung und Entspannung, wobei in den Pausen die Adaptionsprozesse ablaufen. Techniktraining sollte sogar im Hochleistungssport nicht viel mehr als zwanzig Minuten betragen.

### **Warum werden später keine Hilfsmittel benutzt?**

Die wollen wir doch los werden, daher zeigen wir den Kindern, was sie im Wasser machen sollen, um zumindest an den Beckenrand zurück zu kommen. Das Selbstbewusstsein wird gestärkt und Vertrauen gefördert, wenn keine Hilfsmittel im Wasser gebraucht werden. Alle Kinder schwimmen anfänglich mit Schwimmgürtel und auf wichtige Bewegungen trainiert. Je sicherer sich die Kinder im Wasser bewegen, desto mehr gibt der Lehrer verbale

Anweisungen oder verringert den Auftrieb im/am Gürtel. Er tritt immer mehr in den Hintergrund, um die Kinder selbstständig werden zu lassen.

## **Lernen die Kinder richtiges Schwimmen?**

Sehr schwer zu beantworten und auch ein Thema, das einen als Lehrer oftmals aufgrund der eigenen Erfahrungen am meisten betrifft. Diese Frage wird innerhalb des Kurses häufiger gestellt und lässt sich eigentlich nur mit Gegenfragen beantworten, was bedeutet richtiges Schwimmen? Ist es Brust-, Kraul- oder Rückenschwimmen? Es wird bei kleinen Kindern nach einem Kurs noch viele technische Fehler geben, wie eigentlich bei jeder Bewegung die Kinder ausführen. Es geht bei Kindern auch nur um das Erlernen eines Bewegungsspektrums. Beim Schwimmen muss die Zielsetzung Wasserbewältigung sein, d.h. mit seinen eigenen Möglichkeiten, sich im Wasser souverän zurecht zu finden.

Manche Kinder können danach tauchen, manchen können einige Züge schwimmen, manche kennen keine schwimmerischen Grenzen mehr und schwimmen und schwimmen.

Die Grundvoraussetzungen sind oftmals das Limitierende, ängstliche Kinder haben mehr Probleme, sich frei im Wasser zu bewegen als andere Kinder. Aber auch diese machen meist immense Fortschritte in ihrem Wasserverhalten, viele lernen schwimmen und überwinden ihre Ängste. Durch die meist kleinen Abschnitte sind wir immer in der Lage, das Kind individuell zu betreuen und zu fördern.

Richtig schwimmen (heißt wahrscheinlich Brustschwimmen) lernen manche Kinder, die über ein großes Bewegungsgeschick verfügen. Bei manchen sieht es nach Brustschwimmen aus, sie kommen aber nicht vorwärts und wir raten grundsätzlich, lieber mit Strampelbeinen (Kraulbeinschlag) weitere Strecken zu schwimmen, als in aller Schönheit nicht vorwärts zu kommen. Uns ist es wichtiger, so weit es geht, den Kindern ein Bewegungsrepertoire mitzugeben, als stilpuristisch Brustschwimmen zu üben.

Kinder, die im Umgang mit Wasser entspannt sind, werden mit zunehmender Bewegungswahrnehmung auch die Brusttechnik bis zu einem gewissen Niveau lernen.

Wir versuchen auch immer wieder, die Kinder zum Rückenschwimmen zu bekommen, da es die einfachste und auch sicherste Schwimmart ist.

## **Gibt es eine Schwimmgarantie?**

Nein. Manche Kinder lernen das Schwimmen langsamer, manche schneller. Wir können sagen, die meisten Kinder lernen schwimmen in der kurzen Zeit, aber nicht alle. Wir würden es nie garantieren.

## **Können die Kinder Schwimmbzeichen machen?**

Ja. Die Kinder können das Seepferdchen-Abzeichen auch bei uns erlangen.

Man sollte diese Abzeichen nicht in den Vordergrund stellen, da jedes Kind seine Zeit für das Schwimmen lernen braucht. Manche Kinder sind sehr enttäuscht, wenn sie das Seepferdchen nicht erreichen, obwohl sie für sich schon ganz gut schwimmen und wären auch weiterhin sehr stolz auf sich, wenn es dieses fürchterliche Abzeichen nicht gäbe. Wenn es nach uns ginge, gäbe es das Seepferdchenabzeichen nicht, da es wenig über die Schwimmfähigkeit aussagt und manche Eltern in einer scheinbaren Sicherheit wiegt. Man sollte sein Kind auch mit Seepferdchenabzeichen nicht unbeaufsichtigt lassen.