



Wassergewöhnungskurse für Baby`s und Kleinkinder

In unseren Kursen geht es darum, dass sich die Kinder an das Element Wasser gewöhnen. Sie erleben den Wasserwiderstand und den Auftrieb des Wassers. Spielerisch bekommen sie zutrauen zum Wasser und lernen verschiedene Materialien kennen. Sie als Eltern lernen diverse Griffe zum Halten der Kinder kennen und bekommen Informationen zu Atemschutzreflex und Schwimmhilfen etc.

Wichtig zu beachten:

Nahrung:

- Babys u. Kleinkinder sollten max. ½ Stunde vor Kursbeginn gestillt oder gefüttert werden.
- Nach dem Kurs haben die Kinder Hunger: stillen oder eine Fruchtgabe (Frucht = Fruchtzucker > wird schnell ins Blut aufgenommen)

Kleidung:

- Bei Eintritt ins Hallenbad erst Kind abziehen, dann sich selber
- Bei Austritt aus dem Bad erst Kind abtrocknen und anziehen (evtl. Body und Windeln) Rest erst kurz vor dem Verlassen des Bades
 - Baby`s und Kleinkinder können den Temperatúrausgleich noch nicht so gut vollziehen wie wir Erwachsene: sie schwitzen, werden feucht und frieren danach > Gefahr von Erkältung
- Während dem Baden müssen die Kinder Badewindeln tragen: entweder Einweg aus Papier, oder Stoff (z.B. kushies erhältlich am ersten Kurstag für sFr.: 22.--) Diese sollen an den Beinen gut abschliessen, damit sie Stuhlgang allenfalls auffangen können.

Nähe:

- Da es eine fremde Umgebung ist und fremde Leute da sind, brauchen die Kinder Zeit und körperliche Nähe einer Bezugsperson.

Lektionsplanung

Kinder brauchen Wiederholungen. Diese geben ihnen Sicherheit. Deshalb fangen wir immer mit demselben Lied/ Vers/ Spruch an und auch der Schluss bleibt sich gleich. Auch sonst werden manchmal Lieder oder Teillinhalte wiederholt. Wir bauen unsere Lektionen nach dem Kernmodell des Schwimmenlernens gemäss den Richtlinien von Swimsports.ch auf mit Einbezug der folgenden vier Kernelementen (KE).

KE: Atmen

Ziel: Atemrhythmus (Untertauchen)
Z.B.: Blötterle, Blasen,
Mund, Nase, Gesicht ins Wasser halten

KE: Gleiten

Ziel: auf dem Wasser gleiten
Z.B.: gezogenes Gleiten d. Bezugsperson
oder Material (Brettli, Poolnudeln)
von Bezugsperson zu Bezugsperson

KE: Schweben

Ziel: optimale Wasserlage
Z.B.: in Rücken- u. Bauchlage auf dem
Wasser liegen

KE: Antreiben

Ziel: Bein- u. Armbewegungen anregen
Z.B.: Kind durchs Wasser ziehen/ stossen
Spielzeug ergreifen oder wegstrampeln