



Ziele der Schwimmgruppen für Kinder mit dem Abzeichen „Frosch“ im tiefen Wasser

Unsere Philosophie beinhaltet das Erfolgserlebnis, die Freude und Lust am Wasser zu fördern und die Eigenständigkeit im Element Wasser zu unterstützen. Weiter auch das Kennenlernen der eigenen Fähigkeiten im Wasser und das Wissen wie damit umzugehen ist. (Eigenverantwortung und Eigenrettung)

Unsere Erfahrungen haben gezeigt, dass viele Kinder im kurzen Zeitraster den wir bei Baby Well' für die Grundlagenkurse zur Verfügung haben vom Abzeichen „Pinguin“ an, die Anforderungen des jeweiligen Abzeichens nicht erfüllen konnten. Sie gingen mit einem negativen Erlebnis nach Hause und die persönlichen Erfolge des Kurses wurden vergessen. Die Testli gehen mehr und mehr Richtung Technik, was wir nicht als unser Ziel, sondern das der Schwimmvereine sehen. Technikkurse sind ab ca. 8 Jahren sinnvoll.

Somit haben wir uns entschlossen „Schwimmgruppen“ anzubieten. In den Schwimmgruppen erfahren die Kinder vielfältigste Bewegungsabläufe im Wasser. Sie haben die Möglichkeit die Tiefe des Wassers zu erkunden. Wir Leiterinnen haben die Möglichkeit jedes Kind da abzuholen, wo es sich in seiner Entwicklung befindet. Wir haben auch die Möglichkeit das Kind mit Spass an die Grundlagen heranzuführen oder zu verfeinern. Ihre Kinder lernen bei uns schwimmen.

*Wichtig dabei sind nach wie vor die vier Kernelemente: **Atmen, Schweben, Antreiben und Gleiten.***

*Mit dem Atmen regulieren wir die Lage des Körpers. Wenn wir Menschen eingeatmet haben, schweben wir an der Wasseroberfläche. Durch das Ausatmen wird die Schwebelage bis zum Absinken verändert. Das Erfassender Kernelemente **Atmen** und **Schweben** sind wichtige Lernschritte.*

*Als weitere Anpassung ans Wasser lernt das Kind Auftrieb und Widerstand für seine Bewegungen auszunützen: Kernelemente **Gleiten** und **Antreiben**. Einerseits kann jeder Antrieb im Wasser nur dann optimal wirken, wenn der Körper in einer guten Gleitlage ist und der Wasserwiderstand möglichst vermieden wird. Andererseits muss durch die Antriebsbewegungen möglichst grosser Widerstand erzeugt werden. Diese Lernphasen nennen wir Wasserbewältigung.*

Nach diesem Lernprozess können Kinder mit angepassten Bewegungsabläufen „schwimmen“. Kindliche Schwimmtechniken entsprechen aber noch nicht dem Bewegungsbild von geübten Erwachsenen, sondern dem kindlichen Körperbau und der individuellen Leistungsfähigkeit jedes Kindes. (Quelle: swimsports.ch)

Wir freuen uns, wenn Sie uns Ihr Vertrauen schenken und ihnen die freudvolle Entwicklung im Wasser ebenso wichtig ist, wie uns.