

Bade- und Schwimmplausch für Babys und ihre Eltern



Grundlagentests GLT swimsports.ch

Im Jahr 2010 wurden die Grundlagentests 1-7 des swimsports.ch neu überarbeitet. Sie können diese Test unter www.swimsports.ch nachlesen und auch dort als Privatperson die Motivationsabzeichen bestellen.

In unseren Kursen erhalten Kinder, die gemeinsam mit ihren Eltern an **MuVaKi-Kursen** teilnehmen, **erste Motivationsabzeichen**, wie: **Entchen, Schwan, Biber, Schildkröte** ... sie wurden an das Wasser spielerisch gewöhnt und haben Freude am Element Wasser.

Danach können diese Kinder mit den **Schwimmkursen** – also allein mit mir im Wasser – starten; sie haben mich als Schwimmlehrerin, aber auch die Umgebung, das Schwimmbecken, kennen gelernt und Vertrauen gefasst.

Damit startet auch die **Grundlagenausbildung** mit dem Erlernen einzelner Kernbewegungen, bis sie sich ohne Angst im Wasser aufhalten und schwimmen können.

Die einzelnen Kinder erlernen diese **Kernbewegungen**

- Atmen und Schweben
- Gleiten und Antreiben

in sehr unterschiedlichem Zeittempo.

So sind auch mal 2 Kurse zum Erreichen eines nächsten Zieles erforderlich. Seien Sie als Eltern nicht zu ungeduldig! Am Anfang sehen diese Bewegungen nicht so ganz nach unseren „Erwachsenen-Begriff Schwimmen“ aus! Ihr Kind ist stolz über jeden noch so kleinen Erfolg, wie zum Beispiel das Blubbern unter Wasser durch die Nase.

Auch hier erhalten die Kinder nach jedem Kurs ein Motivationsabzeichen, wie: **Krebs, Seepferdchen, Frosch, Pinguin** ... diese Abzeichen sind nun mit einer Ziffer bezeichnet, so dass Ihr Kind selbständig eigene Fortschritte beurteilen und einordnen kann.

1 Krebs

Übungen wie „Taucherli“, „Sprudelbad“, „Flugzeug“ und „Bauchpfeil“ sind von den Kindern selbständig zu absolvieren; dazu noch ein Sprung vom Beckenrand im brusthohen Wasser. Wir benennen diese Übungen manchmal anders, aber es ist wichtig, dass die Kinder so spielerisch **an die Bewegungsabläufe des Schwimmens** heran geführt werden.

Neu aufgenommen wurde, dass alle Kinder während der Tests keine Schwimmbrillen benutzen dürfen!!! Sie sollten sich auch zwischen den Übungen nicht die Nase zu halten oder die Augen wischen sondern alles sollte in einem gewissen Rhythmus geschehen und die Augen müssen unter Wasser geöffnet sein!

Im Alter von ca. 6-8 Jahren kann nun der **Wasser-Sicherheits-Check WSC** durchgeführt werden. Die Schülerinnen können diesen in grösseren Bädern, wie in Wittenbach oder St.Gallen starten; manchmal ist dieser Check auch **Bestandteil des Schwimmunterrichtes an den Schulen**.