

Begegnen Sie Ihrem Kind immer auf Augenhöhe.

Weitere Hilfestellungen und Tipps

- Begegnen Sie Ihrem Kind immer auf Augenhöhe. Wenn Sie vor Ihrem Kind im Nichtschwimmerbecken stehen, muss es zu Ihnen aufblicken und fällt ins Hohlkreuz. Gehen Sie deshalb am besten immer bis zu den Schultern selbst ins Wasser.
- Geben Sie Ihrem Kind die Chance sich bei jedem Schwimmversuch vom Beckenrand abzu stoßen.
- Achten Sie auf eine gestreckte Schwimm lage, geben Sie Hinweise wie "Streck dich weit nach vorne!" oder "Ellenbogen strecken!"
- Tragen Sie Ihr Kind nicht. Ziehen Sie es durchs Wasser oder begleiten Sie es. Damit lernt es möglichst schnell selbstständig im Wasser voranzukommen.
- Missbrauchen Sie nicht das Vertrauen, dass Ihnen Ihr Kind entgegenbringt.
- Ziehen Sie **nie** einfach die Hände weg um es zu größerer Leistung zu zwingen.
- Tauchen Sie Ihr Kind **nie** unter und schubsen Sie es **nie** ins Wasser.
- Wenn Sie sich und Ihrem Kind Zeit geben, auch zwischen den Schwimmstunden ins Schwimmbad zu gehen (ohne das Lernen in den Vordergrund zu stellen), dann wird Ihr Kind selbst sehr schnell erkennen, dass "Wasser Spaß macht".
- Vermeiden Sie jeden Druck und erwarten Sie nicht bei jedem Badbesuch einen Lernfortschritt.
- Und vergessen Sie nicht: Schwimmen macht müde und hungrig. Gewähren Sie Ihrem Kind direkt nach der Schwimmstunde eine Kleinigkeit zu essen.



Wasserwacht

Mit Sicherheit am Wasser.



Wasserwacht

Mit Sicherheit am Wasser.



Viel Freude (und Erfolg) beim Schwimmen mit Ihrem Kind wünscht Ihnen die Wasserwacht Neunkirchen!

**Wasserwacht Ortsgruppe Neunkirchen
in der Kreiswasserwacht Forchheim
im BRK-Kreisverband Forchheim**



Weitere Informationen:

www.wasserwacht-neunkirchen.de

Fragen? Sprechen Sie uns einfach im Freibad an! Gerne stellen wir Ihnen auch Schwimmlehrlinien für die Dauer Ihres Aufenthalts im Freibad zur Verfügung, wenn der Betrieb es zulässt.

Lassen Sie Ihr Kind auch in niedrigem Wasser niemals unbeaufsichtigt!



So können Sie Ihrem Kind beim Schwimmen Lernen helfen

Nur das Kind, das Vertrauen zum Wasser hat und selbst schwimmen lernen will, lernt richtig schwimmen.

In der Badewanne

Schon in der Badewanne kann das Kind (mit Spaß!) den Umgang mit dem Wasser erlernen. Folgendes können Sie mit Ihren Kindern ausprobieren:



Blubbern im Wasser: im Wasser ausatmen (dabei mit Mund und Nase eintauchen)

Mit dem Gesicht untertauchen (und unter Wasser bis drei zählen)

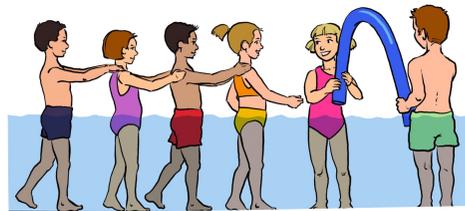


Einen Schwamm voll Wasser über dem eigenen Kopf ausdrücken

"Wassifant" spielen: den Mund voll Wasser nehmen und mit einem Strahl ausspucken.

Im Planschbecken/Kleinkinderbecken

In einem Planschbecken oder dem Kleinkinderbecken des Schwimmbads haben sie deutlich mehr Bewegungsfreiraum und können folgendes spielen:



Im Wasser laufen, hüpfen, krabbeln
Tiere nachmachen

Mit dem Gesicht untertauchen (und unter Wasser bis drei zählen)



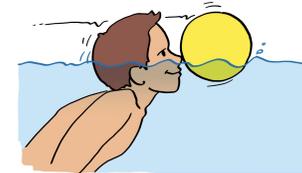
Gegenseitige Dusche mit einem Becher

Im Liegestütz krabbeln (für eine gestreckte Schwimmlage später)

Das wichtigste Hilfsmittel ist das Vertrauen des Kindes zu den Eltern.

Im Nichtschwimmerbecken

Im Nichtschwimmerbecken eines Hallen- oder Freibads haben Sie die größte Bewegungsfreiheit und können noch viele andere Dinge ausprobieren. Dazu gehören beispielsweise:



Einen (Tischtennis)ball vor sich herblasen

Mit einem Partner unter Wasser bei geöffneten Augen Grimassen schneiden oder farbige Ringe erkennen.



Unter einem Partner hindurchtauchen (bleiben Sie immer in einem Becken, in dem Ihr Kind selbst stehen kann!)



Kind in Bauch- oder Rückenlage durchs Wasser ziehen (nicht tragen, zuerst ohne, später mit Beinbewegung)

"Rakete" spielen (das Kind stößt sich vom Beckenrand ab und wird von Ihnen aufgefangen; den Abstand können Sie langsam steigern)

