

# Schwimmkurs ABC

pädagogische Grundprinzipien für den Schwimmunterricht  
nach Carmen Brothers

Um erfolgreich mit Kindern im Wasser zu arbeiten, gibt es einige wichtige, pädagogische Grundprinzipien, die es den Kindern erleichtern (Selbst)Vertrauen zu fassen, Sicherheit zu gewinnen und letztendlich Verantwortung für das eigene Tun zu übernehmen. Den Eltern geben diese Grundprinzipien die bestmögliche Voraussetzung für einen erfolgreichen, schönen und funktionierenden Schwimmbadaufenthalt.

1. **Schwimmkissen - Kontrolle:** Schlori - Schwimmkissen müssen mit der Schnalle immer in Brusthöhe sein und die Kissen dürfen nicht zu weit an der Wirbelsäule oder den Armen sitzen, sondern möglichst im Schulterblattbereich.
2. **Kinder immer, zu jeder Zeit, von überall im Auge behalten!**
3. **Regeln aufstellen** ( zum Beispiel: „Du springst erst ins Wasser, wenn ich dich mit deinem Namen rufe.“), **kontrollieren, gegebenenfalls Konsequenzen mitteilen und in der Folge konsequent durchziehen** ( z.B. „Ich möchte, dass du dich festhältst. Wenn du es nicht machst, setze ich dich raus.“ - raussetzen an den Rand bei wiederholten Regelverstoß oder Loben für gutes Benehmen bei einhalten der Regel nach Ermahnung).
4. **Niemals Trost in der Stimme ( nur Motivation! )** - das Kind hat keine Schmerzen und benötigt keinen Trost - es braucht motivierende Unterstützung, wenn etwas unangenehm oder schwer ist!
5. **Nicht diskutieren!** Über Anliegen der Kinder nur kurz ernsthaft sprechen.
6. **Kinder ernst nehmen, ihnen aktiv zuhören und antworten / reagieren!**
7. **Die Eltern sind der „Chef“!**  
Die Kinder müssen das wissen und merken, damit sie sich sicher fühlen. Handle also selbstsicher, auch wenn du mal selbst unsicher bist.
8. **Konkrete, klare Ansagen machen und diese ohne Wiederholung / Ablenkung umsetzen bzw. selbst einhalten!**  
Beispiele:  
„Schwimm jetzt los.“  
„Erst tauche ich, dann Du.“  
„Sebastian, leg bitte den Ring raus!“  
„Halte dich fest und warte bis ich da bin.“
9. **Den Kindern etwas zutrauen!!** So wenig Hilfe wie möglich, so viel wie nötig ist das Geheimnis!
10. **Rituale sind für Anfänger sehr wichtig!** Beispielsweise ein Lied zum Schluss und das Beginnen der Stunde immer auf der gleichen Seite mit dem Üben der einzelnen Bewegungen mit jeweils denselben Worten.  
Fortgeschrittene langsam „entritualisieren“ ( z.B. Unterricht auf der anderen Beckenseite oder vom anderen Startblock springen oder erst Tauchen und dann

Schwimmen).

11. **Mit der Stimme kreativ arbeiten, mal laut, mal sehr leise ( privat), mal ernst, mal lustig usw.**= erhält die Aufmerksamkeit/ Konzentration der Kinder
12. Guten „Fröschen“ während einer Stunde die Luft immer mehr rausmachen, mit Einwilligung des Kindes. Z.B.: „ Du warst so ein toller Frosch, darf ich dir ein mini-bisschen Luft rausmachen?“ Dabei ein mini-bisschen mit den Fingern zeigen!
13. **Kinder möglichst frei springen lassen, ohne festhalten.**
14. **Immer auf den eigenen Standort achten und die richtige Distanz** ( eingreifen können ohne die Bewegung der Kinder einzuschränken ).
15. **Ruhe bewahren und geduldig sein!** Jedes Kind hat sein eigenes Lerntempo, dass man nicht beeinflussen sollte ( z.B. durch Bestechung / Belohnung). Das Lernen soll Freude erzeugen, damit es nachhaltig ist und nachhaltig Freude erzeugen kann. Lassen Sie Ihr Kind entscheiden, wann es etwas Neues ausprobieren möchte und wie oft es Wiederholung braucht, um sich in einer Übung sicher zu sein! Wenn sich das Kind verschluckt und anfangen möchte zu weinen: Kind auf den Arm nehmen, Situation ruhig und entspannt ansprechen, dabei schultertief im Wasser bleiben, gemeinsam ein „Loch in das Wasser“ pusten (tiefes, langes Ausatmen in Richtung Wasseroberfläche). Solange durchführen, bis Hustenreiz besser.
16. **SELBST SPAß HABEN!!** Die Vorbildfunktion ist der eindrücklichste und im Wasser einfachste Weg des Lernens! Alle Kinder ahmen gerne nach, was Papa oder Mama machen! Nutzen Sie das!

Selbstverständlich kann ich keine Erfolgsgarantien geben oder eine Haftung für die hier dargestellten Inhalte übernehmen. Diese Basics dienen lediglich der Unterstützung der elterlichen Kreativität und stellen keinen eigenständigen Unterricht dar.

Ich wünsche allen Kleinen und Großen viel Spaß und Erfolg!

Herzlichst, Carmen Brothers