



Allgemeine Elterninformation

Liebe Eltern,

schön, dass Sie sich entschieden haben Ihrem Kind die Welt des Wassers zu öffnen! Die Erfahrungen, die Kinder im Wasser sammeln, sind wichtig für die Kleinen. Es entwickelt sich so viel Vertrauen und Sicherheit im „großen“ Wasserbecken. Damit auch alle Voraussetzung für den Start ins große Schwimmerleben stimmen, beherzigen Sie bitte nachfolgende Hinweise und Tipps.

Vor dem Kursbeginn

Lassen Sie Ihr Kleines möglichst frühzeitig in der Badewanne plantschen. Durch einen Kinderarztbesuch gehen Sie sicher, dass medizinische Bedenken ausgeräumt sind. Akute Krankheiten, wie Magen-Darm-Infektion, Fieber, ansteckende Haut- und Kinderkrankheiten, sollten zum Wohle Ihrer Kleinen vor der Kursstunde vollständig auskuriert sein. Vermeiden Sie Impftermine einen Tag vor dem Baby-Schwimmen, da dies eine zusätzliche Belastung für Ihr Kind bedeutet.

Kleiner Hinweis bei ängstlichen Kindern


Angst vorm Schwimmen ist nicht angeboren!

Unser Konzept ist so, dass wir die Kinder dort abholen, wo sie stehen. Dennoch benötigen wir im Vorfeld die Hilfe der Eltern, denn die Kinder sollen Ihren ersten Schwimmbesuch ohne Furcht und Angst erleben. Sie sollen vielmehr mit Freude und einem Erfolgserlebnis nach Hause gehen.

Auch Sie können durch Ihr bewusstes Verhalten und einer entsprechenden Wortwahl Ihr Kind positiv auf das Schwimmenlernen einstimmen.

Vermeiden Sie bitte zu jedem Zeitpunkt beruhigend gemeinte negative Formulierungen wie „Du brauchst keine Angst haben“ oder „Du gehst nicht unter“, „Das ist nicht schlimm.“ usw.

Ihr Kind könnte hören „Ich gehe unter!“, denn das Unterbewusstsein kennt keine Verneinung und blendet „nicht und kein“ aus ihrem Satz aus. Sie erreichen also anstelle von einer Beruhigung die Steigerung des Angstverhaltens.



Verwenden Sie kindgerechte Sätze, vermeiden sie Hektik und Stress und motivieren Sie ihr Kind positiv, dann sind die ersten Hürden genommen, denn mit Spaß und Freude lernt es sich schneller und besser.

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern, welcher Kurs für Ihr Kind der Beste ist.

Es versteht sich von selbst, dass Pflaster, Kaugummis etc. im Schwimmbad nichts verloren haben. Grundsätzlich sollten Sie alle Wertsachen wie Schmuck etc. zu Hause lassen! Tragen Sie KEINEN Schmuck (besonders OHRSTECKER, Ketten, Ringe), Schankschlüssel o. Ä. am Körper (Gefahr von Verletzung oder Verlust).

Bitte ölen Sie Ihr Kind aus Gründen der Wasserhygiene etwa 24 Stunden vor den Kursen nicht mehr ein.


Beim Babyschwimmen: Benutzte Windeln dürfen in den dafür vorgesehenen Abfalleimern entsorgt werden.

Wir haben einen Kinderwagenparkplatz, da steht Ihr Wagen sicher. Sie haben die Möglichkeit ihn anzuschließen. Babyschalen finden in den in der Umkleidekabine Platz.

Was soll unser Kind zum Schwimmen tragen?

Eine Schwimmwindel (erhältlich in jedem Drogeriemarkt) oder eine enganliegende Badehose oder einen Badeanzug (bitte keine Shorts oder viel zu weite Schwimmanzüge). Stellen Sie sich vor, Sie müssten 10 kg mehr Gewicht mit sich herumziehen, so ähnlich fühlt es sich für Ihre Kinder an, wenn die Badebekleidung zu weit und zu groß ist. Ihre Kleinen lernen schwimmen und sollten nicht durch zusätzliches Gewicht gebremst werden!

Packliste

- Ein bis zwei große Handtücher
 - Badelatschen
 - Badeanzug/Badehose
 - Aqua Windeln bzw. Schwimmhose für die Größeren
 - Trinken und Essen für Mutter und Kind (Glas und zerbrechliche Gefäße sind verboten)
 - Lieblingsspielzeug für Ihr Kind
 - Natürlich Ersatzwindeln, ggf. neue Anziehsachen
 - MÜTZE nicht vergessen
 - Kleine Socken, welche die Kinder im Wasser anlassen (für Kinder, die schon laufen können)
- 

Los geht's

Zur ersten Schwimmstunde kommen Sie bitte 15 Minuten vor Kursbeginn und gut vorbereitet. Denken Sie an die Auswirkung, die eine neue, fremde Umgebung auf Ihre Kind haben kann: Es sieht fremde Menschen, hört ungewohnte Geräusche und nimmt unbekannte Gerüche wahr, es spürt sogar Ihre Anspannung. All das nimmt Ihr kleiner Liebling wahr. Geben Sie ihm die Möglichkeit zur Gewöhnung an das neue Umfeld! Nehmen sie sich ein wenig Zeit, um sich gemeinsam im Schwimmbad umzuschauen, bevor Sie zusammen das erste Mal in das warme Nass eintreten.

Haben Sie Geduld mit der Hürde „ungewohnte Umgebung“ und gestalten Sie es Ihrem Kind ein wenig einfacher, indem Sie Ruhe und Gelassenheit ausstrahlen. Es wird ihnen beiden helfen!

BITTE an alle Mamas und Papas

Tragen Sie KEINE Ohringe, während Sie mit Ihren Kleinen im Wasser sind. Die kleinen Stecker haben die hässliche Angewohnheit, dass sie, wenn sie rausfallen, im Wasser mit der Spitze nach oben schauen und zu Verletzungen führen, wenn jemand darauf tritt oder sie verschluckt werden.

VOR dem Schwimmen

Bitte besuchen sie beide die Toilette!

Duschen Sie gründlich, auch mit Ihren Kleinen.


(Bei den Schwimmkursen ohne Eltern leisten wir Hilfestellungen bei diesen Vorbereitungen.)

ABER beim Duschen

- erst die Temperatur testen,
- Wasserstrahl testen, (hart oder weich).
- NIEMALS über die Fontanelle Ihres Kindes, nur seitlich duschen.
- Bei den großen Kindern ist geduscht, wenn die Haare nass sind ;o)

Ein kleiner Exkurs zum Thema Hygiene im Schwimmbad: Ein Thema, das jeden Badbesucher ganz direkt betrifft, denn wir schwimmen alle im selben Pool! So können wir durch unser Verhalten maßgeblich zu einer guten Wasserqualität beitragen.

Eine effektive Möglichkeit zur Verbesserung der Wasserqualität ist es, die in das Wasser hineingetragene Stoffe zu reduzieren. Untersuchungen zeigen, dass durch das Duschen unmittelbar vor dem Schwimmen die Menge der Stoffe, mit denen das Chlor reagiert um 70 – 90% verringert werden kann. Jeder Einzelne beeinflusst also durch sein Verhalten die Menge an gebundenem Chlor im Schwimmbecken und -wasser und hat damit direkten Einfluss auf die Wasserqualität und das eigene Schwimmvergnügen.



Wir sorgen durch Filter und Wasseraustausch während der Aufbereitung des Wassers dafür, dass die Anteile des gebundenen Chlors verringert werden. Dafür gibt es technische Vorgaben. Der Aufwand für die Wasseraufbereitung ist erheblich, aber er lohnt.

Nicht nur der technische Aufwand verbessert die Wasserqualität...

Daher sollte das gründliche Duschen vor dem Schwimmen eine gute Sitte sein, denn das heißt für alle: Weniger Chlorgeruch, weniger rote Augen ... einfach mehr Spaß im Wasser!

Zusätzlich haben wir in noch bessere Wasserqualität investiert und im Januar 2015 eine neue Technologie der Wasseraufbereitung eingebaut. Dies garantiert ein chemiefreies Desinfizieren bei 33° C Wassertemperatur.

Nach dem Schwimmen


Viele Kinder (und wir Erwachsenen nicht weniger) empfinden die einen Schwimmbadbesuch abschließende Prozedur des Anziehens als unangenehm (da müde, hungrig, warm etc.). Wir empfehlen: Machen Sie von Anfang an ein Spiel daraus. Schmusen, beruhigen, Temperaturunterschiede beachten, Trinken anbieten – wie auch immer. Ihren Ideen sind keine Grenzen gesetzt – lassen Sie das Badevergnügen fröhlich enden!


BITTE, föhnen Sie Ihren Kindern nur in den kalten Monaten die Haare. Einerseits kann übermäßiges föhnen zu Verbrennungen an der zarten Baby-Haut führen. Andererseits kann man sich durch nass gebliebene Haare, besonders im Winter, eine dicke Erkältung holen! Setzen Sie Ihrem Zwerg auch im Sommer eine dünne Mütze auf, bevor Sie die Halle verlassen! Bieten Sie Ihrem Kind Essen und Trinken an. Sport macht durstig und hungrig. Sie haben die Möglichkeit, sich zum Stillen zurückzuziehen. Gern machen wir auch Essen für Sie warm. Sprechen Sie uns an.

Allgemeiner Hinweis

„Mit vollen Magen soll man nicht schwimmen!“ – das gilt für kleine und große Menschen gleichermaßen. Verdauung und körperliche Anstrengung (und das ist der Aufenthalt im Wasser in hohem Maße) schließen einander aus. Sie sollten den größten Hunger besser mit einer leichten Mahlzeit eine ½ bis 1 Stunde vor dem Kurs stillen. Der Aufenthalt im warmen Wasser entzieht dem Körper Flüssigkeit. Daher sollte den kleinen Schwimmern nach dem Kurs warmer Tee oder Wasser angeboten werden. Mit fester Nahrung kann der Magen in diesem Moment noch nichts anfangen.

Die Nähe zu den Eltern und die intensive körperliche Wahrnehmung, das damit einhergehende Vertrauen und die Geborgenheit fördert die Eltern-Kind-Bindung. Neben vielen Übungen, gemeinsamen Kreis- und Singspielen hat die Zeit zum Kuscheln und Aufeinander-Eingehen einen hohen Stellenwert.





Das Wasser eröffnet dem Menschen eine völlig neue Dimension. Es sind nicht nur alle körperlichen Voraussetzungen verändert, sondern auch die emotionale und soziale Wahrnehmung. Durch den Verlust der Schwerkraft und die Wirkung der Wassereigenschaft sind Koordination und Gleichgewichtssinn in hohem Maße gefordert. Die angebotenen Übungen nutzen diese veränderten Voraussetzungen, um die Motorik der Kinder zu trainieren. Ganz zu schweigen von ihrer Sozialkompetenz, welche durch klare Strukturen in gleichbleibenden Gruppen gefördert wird.

Bald fühlen sich die Kleinen über und unter Wasser „zu Hause“ und genießen die große Bewegungsfreiheit, die das Wasser ihnen bietet.

Bei allen Aktivitäten im Wasser (wie auch eigentlich an Land) gilt es: Seien Sie konsequent: Sicherheit kann für Ihr Kind nur entstehen, wenn auf ein Signal eine eindeutige Handlung folgt (z. B. „Anzählen“: „Eins, zwei, drei! – Hopp!“ – und tauchen, springen, rutschen. Nicht zögern oder abbrechen, es sei denn, Ihr Baby ist abgelenkt und hat das Signal gar nicht mitbekommen). Behalten Sie diese Art der „Konditionierung“ bei, z. B. dass die Kinder nicht ohne eindeutiges Signal des Erwachsenen ins Wasser springen etc. Dies gilt für alle Eltern-Kind-Kurse.

Gewöhnen Sie Ihr Kind zur eigenen Sicherheit bei Zeiten an Regeln, die konsequent einzuhalten sind. Übermut und ein zu gering entwickeltes Risikobewusstsein führt die Kleinen sonst, wenn sie selbständiger werden, in Gefahrensituationen (Nicht nur im Wasser, sondern ebenso auf dem Spielplatz, im Straßenverkehr etc.).

Fürs Baby-Eltern Schwimmen: Seien sie phantasievoll und mutig. Haben Sie Vertrauen in die Fähigkeiten Ihres Babys. Verstehen Sie Ihre Kursleiter bitte nicht als Animateur. Es wird noch eine Weile dauern, bis Ihr Baby überhaupt von einer fremden Person lernen kann. Für lange Zeit sind SIE der Lehrer, denn nur an Ihnen orientiert sich Ihr Baby. Ihr Kursleiter wird Ihnen Vorschläge und Anregungen machen, Ihnen die nötigen Erklärungen und Informationen geben. SIE allein können dies mit Ihrem Baby Umsetzen.

Die eigene Phantasie und der Entdeckungsdrang der Kleinen eröffnet immer wieder vielfältige, neue Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten. Ihr Kind wird Sie mit seiner Freude, seinen Fortschritten und seinem Vertrauen belohnen und inspirieren!

Wir wünschen Ihnen viel Freude und einen sicheren Start in der Schwimmschule Kugelfisch!





Ihr Kugelfisch Team

Für Fragen, Wünsche oder auch um Kritik zu üben, wenden Sie sich jederzeit gern an uns!

