

Schwimmen lernen!



Karin Meidlinger

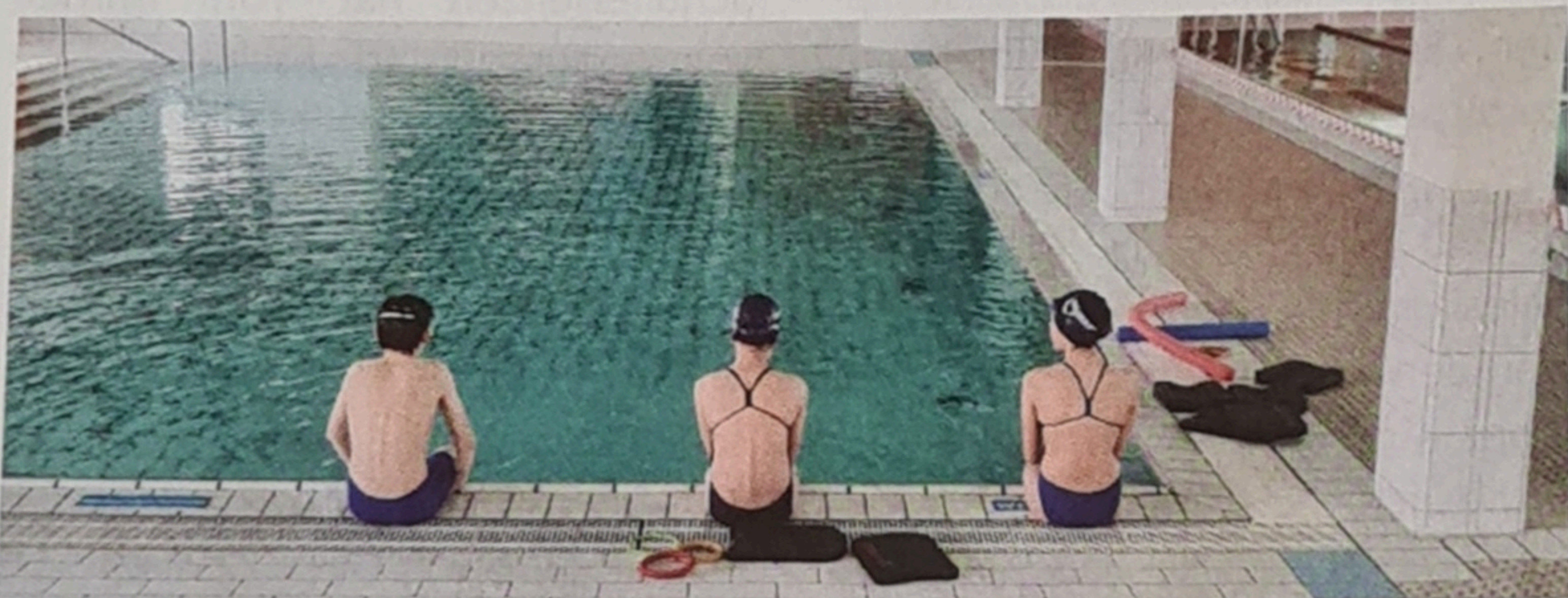
Foto © privat

Jedes Kind sollte richtig Schwimmen lernen dürfen und jedes Kind sollte bis zum 10. Lebensjahr richtig schwimmen können!

Richtiges Schwimmen lernt man nicht in einem 14-tägigen Crashkurs oder kann es nach 10 Einheiten eines Schwimmkurses, das sollte man sich als Erwachsener stets vor Au-

heranwagen und sich z. B. trauen, das Gesicht auf die Wasseroberfläche zu legen oder die Luft beim Unterwasser gehen kräftig auszublasen oder auf den Rücken liegend ein wenig auf der Wasseroberfläche zu schweben. Geschult wird dabei das erste Koordinationsvermögen. Das Ziel ist, dass sich jedes Kind ohne Schwimmhilfe „unter richtiger Atmung“ im Wasser fortbewegen kann. Für diesen Erfolg gibt es in Österreich die ersten Schwimmbadabzeichen „Oktopus“ und in Folge das „Frühschwimmer-Pinguin-Abzeichen“. Oftmals wecken diese Abzeichen die Motivation bei Kindern weitere Schwimmkurse zu besuchen, um ihr Können zu festigen oder zu erweitern.

Ist die Wassergewöhnung abgeschlossen führt dennoch kein



gen halten.

Bei Kindern endet ungefähr jeder fünfte Ertrinkungsunfall entweder tödlich oder mit schweren Beeinträchtigungen und Behinderungen der Kinder. Wenn Kinder ertrinken, passiert es meist lautlos, und innerhalb kürzester Zeit.

Am meisten gefährdet sind hierbei die unter Fünfjährigen. Einer der Gründe ist der sogenannte "Tottstellreflex", der in Kindern eine Art Angststarre auslöst, sodass der Kopf selbstständig nicht mehr aus dem Wasser gehoben werden kann - auch dann nicht, wenn die Wassertiefe nur wenige Zentimeter beträgt.

Es gibt zum Schwimmen lernen kein Patentrezept! Es ist ein fortlaufender Prozess, der sich je nach Kind und individuell entwickelt.

Unsere Empfehlungen für die Zeit nach dem Babyschwimmen (0-1-jähriger) oder Eltern-Kind Schwimmen (1-4-jähriger): Kinder ab 4 Jahren dürfen/sollen, (sofern das noch nicht geschehen ist) das Element Wasser angstfrei kennenlernen und wahrnehmen. Dabei sollen ihnen die Möglichkeiten geboten werden, etwaige Ängste abzubauen und eine regelmäßige Wassergewöhnung zu erleben.

Dieser Prozess beinhaltet das Vertrautwerden der Kinder mit dem Wasser, indem sie sich spielerisch

Weg daran vorbei, regelmäßig ins Schwimmbad zu gehen. Ob in einer Schwimmschule, in einem Verein oder mit Bezugspersonen ist dabei sekundär - primär wichtig ist die Regelmäßigkeit einmal in der Woche Gelerntes in 30 - 45 Minuten einheiten stetig zu üben, zu wiederholen und zu festigen.

Anderenfalls vergessen Kinder das Erlernte schneller, als sie es gelernt haben!!

COVID19 beschert uns seit nunmehr einem Jahr immer wieder Bäderschließungen.

Wir als betreuende Gruppe (Verein und Trainer*innen) von Schwimmen lernender Kinder auch auf unsern Bereich aufmerksam machen und die Verantwortlichen der COVID19 Pandemie Verordnungen verpflichten sich zeitnah auch hier um Möglichkeiten zu bemühen, sodass wir ehebaldigst mit dem Kinderschwimmen starten können!

Lehren ist ein Bildungsauftrag, dem wir ALLE verpflichtet sind!

Zudem ist jeder Ertrinkungsunfall einer zu viel und in der Abwägung nicht minder zu bewerten als eine COVID19 Infektion,

...denn beide können tödlich enden!

EASY SWIM VIENNA – Schwimmverein www.easyswim.at
office@easyswim.at