

HINWEISE für die Eltern zum Schwimmunterricht in Klasse 3

Liebe Eltern,
zum neuen Schuljahr beginnt für Ihren Sohn/Ihre Tochter die regelmäßige Schwimmausbildung in Klasse 3. Die Schwimmlehrer freuen sich, Ihrem Kind Spaß und Bewegung im und mit dem Element Wasser zu vermitteln.

Das **Ziel des Schwimmunterrichtes** besteht darin, dass jeder Schüler das Schwimmen erlernt bzw. vorhandene Fertig- und Fähigkeiten erweitert und festigt und somit **WASSERSICHERHEIT** im tiefen Wasser erlangt.

WASSERSICHERHEIT bedeutet:

- sich unter Wasser genauso gut zurechtzufinden, wie über Wasser
- auf dem Rücken genauso gut schwimmen können, wie auf dem Bauch
- 15 Minuten ohne Halt und ohne Hilfe schwimmen zu können
- mehrere Sprünge zu beherrschen
- beim Wasserschlucken nicht anhalten zu müssen

Das heißt: Wassersicher im tiefen Wasser ist man, wenn man mit jeder Situation im Wasser klar kommt.

Am Ende des Schuljahres bekommt Ihr Kind eine **Zensur** für das Stoffgebiet Schwimmen. Diese Zensur fließt in die Sportnote ein. Mit den nachfolgenden Hinweisen wollen wir erreichen, dass die Schüler durch Ihre Hilfe gut auf den Schwimmunterricht vorbereitet werden.

Für den Schwimmunterricht benötigt Ihr Kind folgende Sachen:

- zwei Handtücher (Bademantel ist auch möglich)
- eine Badekappe mit dem Vornamen Ihres Kindes (auf der Stirn, Buchstaben ca. 2 cm hoch)
- Duschbad (keine Glasflaschen)
- Mütze (niemals vergessen) – im Winter eine Wollmütze, im Sommer reicht eine Schildmütze o.ä.
- Badelatschen sind möglich aber keine Bedingung
- Badehose (**keine Badeshorts!**) / Badeanzug

Hier sind noch einige Tipps, denn Sie kennen Ihr Kind am besten:

- Üben Sie das Packen des Schwimmbeutels mit Ihrem Kind und kontrollieren Sie die Vollständigkeit der Schwimmsachen.
- Achten Sie darauf, dass Ihr Kind zu Hause übt, sich gründlich abzufrottieren (Haare, Ohren, Füße, besonders zwischen den Zehen) und in der Lage ist, sich zügig umzuziehen.
- härten Sie ihr Kind mit kaltem Wasser ab.
- nach dem Badeaufenthalt ist unbedingt eine Mütze zu tragen.
- wenn Ihr Kind Probleme mit den Augen haben sollte, kann es eine Schwimmbrille (keine Taucherbrille) zum Schwimmunterricht tragen.

Eine ärztliche Untersuchung auf Schwimmtauglichkeit ist nur dann erforderlich, wenn Ihr Kind innerhalb der letzten 6 Wochen (Sommerferien) akut erkrankt war oder sich noch in ärztlicher Behandlung befindet oder Befunde hat wegen:

- Ohrenerkrankungen, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Erkrankungen der Bauchorgane, Gelbsucht, Blasen- und Nierenerkrankungen, Hauterkrankungen, Gelenkrheumatismus, Diabetes oder Anfallsleiden

Wichtige Hinweise zur Schwimmbildung Ihres Kindes:

- am Ende des Schuljahres erhält Ihr Kind die Möglichkeit, je nach Können, ein Schwimmbachweis „Seepferdchen“ oder ein Jugendschwimmbachzeichen zu erwerben.
- wenn Ihr Kind in den Wintermonaten länger zum Haare trocknen braucht, kann es von uns eher aus dem Wasser gelassen werden, eine kurze Mitteilung genügt

Übung zu Hause

- Duschen ohne Badebekleidung (dies gilt dann auch für die Schwimmbachhalle!!!), Hinweise auf Körperreinigung und Bedienen der Dusche

Übungsvorschläge für Nichtschwimmer bzw. ängstliche Kinder

- langsames Eintauchen des Gesichtes bis zum Haaransatz in ein mit klarem Wasser gefülltes Waschbecken, dazu Augen öffnen und ausatmen.
- In der Badewanne (klares Wasser) mit ganzem Körper untertauchen, Augen auf.

Im Schwimmbach vorbereitende Übungen im Urlaub bzw. in der Freizeit

- Kind mit Schwimmbachhilfe liegt im Flachwasser in Rückenlage, Erwachsener fasst unter die Schultern und zieht das Kind durchs Wasser.
- Kind mit Schwimmbachhilfe liegt im Flachwasser in Bauchlage, Erwachsener zieht es an den Händen durch das Wasser.
- Kind mit Schwimmbachhilfe bewegt sich mit Strampelbewegungen unter Aufsicht des Erwachsenen durch das Wasser
- Ohne Hilfe des Erwachsenen versucht das Kind, im Flachwasser in Bauchlage mit Eintauchen des Kopfes zu verharren (Gleitlage). Diese Übung kann das Kind auch zuerst mit einer Schwimmbachhilfe durchführen.
- Fußsprung gehockt vom Beckenrand mit Handfassung ins flache Wasser.
- Fußsprung ohne Handfassung aber mit Schwimmbachhilfe
- Fußsprung vom Beckenrand ins flache Wasser ohne Schwimmbachhilfe

Schwimmbachhilfen können sein: Schwimmbachring, Schwimmbachgürtel, Schwimmbachweste, Schwimmbachflügel o.ä.

Dies sollen nur einige Anregungen für die Vorbereitung auf den zukünftigen Schwimmbachunterricht Ihres Kindes sein. Wenn Sie weitere Fragen zur Schwimmbachausbildung haben sollten, stehen wir Ihnen gern zur Verfügung. Ein Besuch in der Schwimmbachhalle während der Schwimmbachstunde ist jederzeit möglich.

Diese Anregungen sind vom Thüringer Institut für Lehrplanentwicklung und Medien durch Schwimmbachsport erfahrene Lehrer ausgearbeitet worden.

Aufsicht für Ihr Kind

Während des eigentlichen Schwimmbachunterrichts wird Ihr Kind im Wasser vom eingesetzten Schwimmbachlehrer beaufsichtigt und zusätzlich vom verantwortlichen Erzieher außerhalb des Wassers. Um einen reibungslosen Ablauf während des Umkleidens und beim Duschen zu gewähren, sind alle Erzieher der anwesenden Schulen gleichermaßen für alle Kinder verantwortlich und damit weisungsberechtigt für alle Kinder!

Mit freundlichen Grüßen

Im Auftrag

Krause
Schulsportkoordinator