

# Schwimmschule Wittenbach

## Häufig gestellte Fragen (FAQ)



### **In welches Level der "Swiss Swimming Ausbildung Kids" soll ich mein Kind anmelden?**

In der Regel beginnen die Kinder mit dem Level 1, ausser wenn ihr Kind noch nicht wassergewöhnt ist. Sollte Ihr Kind bereits über Vorkenntnisse verfügen oder bereits einen Schwimmkurs besucht haben, finden Sie unter Empfehlungen zum Quereinstieg eine Hilfestellung für die optimale Einteilung.

Sind Sie noch unsicher?

Dann melden Sie sich bei der Schwimmschulleitung, sie kann Ihnen Tipps zur Einteilung geben.

Sollten Sie weitere Fragen oder Anregungen haben, zögern Sie nicht und setzen Sie sich mit der Schwimmschulleitung in Verbindung.

Rebecca Marti: [4smartis@bluewin.ch](mailto:4smartis@bluewin.ch)

### **An welchen Wochentagen findet der Kurs statt?**

Die Kurse finden jeweils zweimal die Woche über 5 Wochen statt (10 Lektionen à 40 Minuten).

Immer Montag & Mittwoch oder Dienstag & Donnerstag zwischen 16.30-18.00Uhr.

In den Sommerferien sowie in den Herbstferien bieten wir jeweils Intensivkurse an.

Montag – Freitag eine Lektion morgens ab 9.00Uhr und eine abends ab 16.00Uhr (10 Lektionen à 40 Minuten)

### **Ab welchem Alter soll mein Kind schwimmen lernen?**

Unsere jüngsten Schwimmschüler besuchen ab zirka 4 Jahren den Eltern-Kindkurs als erste spielerische Wassergewöhnung.

Dieser ist empfehlenswert, wenn Kinder sehr ängstlich im Umgang mit Wasser sind.

Die Kinder werden im vertrauten Rahmen (Mami, Papi, Grosi etc.) spielerisch unter Anleitung der Schwimmsportlehrer/-in ins Wasser gewöhnt und lernen sich im Wasser zu bewegen, unterzutauchen und Spass mit dem Element Wasser zu haben.

Unsere Schwimmschüler besuchen ab dem Alter 4.5 – 5 Jahren den Level 1, idealerweise nicht vor dem 2. Kindergartenjahr.

In einem früheren Alter ist es aufgrund der Körpergrösse und der körperlichen Entwicklung nicht empfehlenswert diesen Kurs zu besuchen.

Für Kinder ab 4.5 Jahre sollten folgende Voraussetzungen für den Schwimmkursbesuch gegeben sein:

Die Kinder sollten auf keinen Fall Angst vor dem Tauchen haben und sich alleine ohne Hilfsmittel im Wasser aufrecht bewegen können.

Wichtig ist ebenfalls, dass die Kinder keine Angst vor einer fremden Lehrperson haben und über eine gewisse Zeit zuhören und konzentrieren können.

Sind die Voraussetzungen erfüllt, ist eine Anmeldung im Level 1 möglich.

Auch wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind, verhält sich ein Kind mit knapp 4.5 Jahren meist etwas eigenwilliger als ältere Kinder und dass muss man ihnen zugestehen. Die Reife, Konzentration und die Koordinationsfähigkeit verhalten sich anders wie bei älteren Kindern. Kindergartenkindern fällt dies in der Regel leichter, da sie sich dies schon gewöhnt sind.

Die motorischen Fertigkeiten für die Bewegungsabläufe der Arme und Beine fürs Kraul-, Rückenschwimmen sind meist ab dem fünften Lebensjahr vorhanden.

Das Brustschwimmen stellt höhere Ansprüche an die koordinativen Fähigkeiten der Kinder und wird am besten zu einem späteren Zeitpunkt erlernt.

### **Gibt es einen Familienrabatt?**

Ja. Für drei Kinder im gleichen Kursblock gewähren wir für das 3. Kind eine Reduktion der Kurskosten von 50%.

### **Darf mein Kind nach dem Schwimmkursbesuch im Bad bleiben?**

Kindern ist es nach den Schwimmkursen nicht erlaubt, ohne Eltern, alleine oder mit älteren Geschwistern sich im Wasser aufzuhalten. Vor und nach dem Schwimmkursbesuch sind die Erziehungsberechtigten der Kinder verantwortlich.

### **Was mache ich wenn mein Kind Mühe mit dem Tauchen hat oder das Tauchen verweigert?**

Geben Sie Ihrem Kind die Möglichkeit, sich so oft wie möglich mit dem Element Wasser zu beschäftigen. Ob im Schwimmbad oder einfach in der heimischen Badewanne oder Dusche. Zusätzlich empfehlen wir Ihrem Kind den Besuch im Eltern-Kindkurs als spielerische Wassergewöhnung, damit es sich intensiv im Vertrauten Rahmen (Mami, Papi, Grosi etc.) mit dem Wasser auseinandersetzen kann.

### **Warum arbeitet die Schwimmschule Wittenbach ohne Schwimmbrille?**

Die Schwimmschule Wittenbach mit der nationalen Qualitätslizenz von Swiss Swimming ausgezeichnet. Diesem Qualitätslabel wollen wir gerecht werden und möchten Sie darauf aufmerksam machen, warum in unserer Schwimmschule auf Schwimmbrillen verzichtet wird.

Das Tauchen mit Schwimmbrille führt bereits ab 1m Tiefe, in der Brille zu einem Unterdruck, der zu Netzhautablösungen führen kann.

Wichtig für die Sicherheit für das Kind, gehört das Sehen sowohl oberhalb wie auch unterhalb des Wassers. Sehen bedeutet sich orientieren zu können. Wir beobachten immer wieder bei Kindern, welche eine Schwimmbrille tragen, dass die **scheinbar erworbene** Wassersicht sich schnell in Unsicherheit umschlagen kann, wenn sie ihre Brille nicht griffbereit haben.

Diese trügerische Sicherheit birgt potentielle Gefahren, sollte das Kind einmal unbeabsichtigt ins Wasser fallen. Daher sehen wir einen klaren Vorteil für das Kind, wenn es sich uneingeschränkt des Sehens auch unter Wasser bedienen kann und im Falle eines Sturzes ins Wasser, sich orientieren kann und ohne Probleme ans nächste Ufer schwimmen kann.

### **Wie lange braucht mein Kind bis es richtig schwimmen kann?**

Dies ist schwer zu beantworten.

Diese Frage wird innerhalb des Kurses häufig gestellt und lässt sich eigentlich nur mit Gegenfragen beantworten: Was bedeutet richtiges Schwimmen? Ist es Brust-, Kraul- oder Rückenschwimmen?

Unserer Ansicht nach kann ein Kind schwimmen, sobald es sich im Wasser auf irgendeine Art fortbewegen kann und nicht ertrinkt, wenn es unbeabsichtigt ins Wasser fällt.

Jedes Kind hat andere Vorerfahrungen mit dem Wasser. Die Bewegungserfahrung der Kinder ist ebenfalls enorm verschieden. Wir gehen auf jedes Kind persönlich ein, nehmen seine Ängste ernst und fördern es nach seinen Möglichkeiten.

Unsere Zielsetzung ist daher Wasserbewältigung, d.h. dass die Kinder ein möglichst grosses Bewegungsspektrum erhalten, damit sie sich mittels ihrer eigenen Möglichkeiten souverän im Wasser bewegen können.

Wir bevorzugen in den Levels 1-6 (Basic-Ausbildung) den Kindern zuerst das Rücken- und Crawlschwimmen beizubringen, da es die einfachsten, gesündesten und schnellsten Schwimmarten sind und von den Kindern am schnellsten erlernt wird.

Unsere Herzensangelegenheit ist, dass der Schwimmunterricht Freude macht und die Kinder Spaß im und am Wasser haben. Andernfalls führt er nicht zum erwünschten Ziel.

### **Garantien für einen Erfolg nach ... Stunden halten wir für sehr unseriös.**

In den Level 5+6 werden getrennt der Brustarmzug sowie der Brustbeinschlag eingeführt in deren groben Form. Mit Kindern welche sehr gute koordinative Fähigkeiten besitzen, versuchen wir den korrekten Bewegungsablauf des Brustschwimmens zu erarbeiten.

Ebenfalls nehmen wir auf dieser Stufe den Wasser – Sicherheits- Check ab.

Weitere Informationen erhalten Sie unter: Informationen zum Wasser-Sicherheits-Check auf unserer Homepage.

Die Ausweise können bei der Schwimmschuleitung [4smartis@bluewin.ch](mailto:4smartis@bluewin.ch) für 5.—Fr. bestellt werden

### **Wie ist die Kids Ausbildung in der Schwimmschule Wittenbach aufgebaut?**

#### Die Basic-Stufe für Einsteiger (Level 1-6)

Hier holen sich die Kinder die Grundlagen des Schwimmsports, von der Wassergewöhnung bis zu den Schwimmstilen Rücken und Crawl.

### **Bereits im Level 2 lernen die Kinder nach einen Sprung ins Wasser selbständig und sicher zurück zum Beckenrand zu schwimmen.**

#### Die Advanced-Stufe für Fortgeschrittene (Level 7-10)

Nun sind die Kinder koordinativ bereit, die Schwimmstile Brust und Delfin zu erlernen und vertiefen die Basic-Kenntnisse. Am Ende der Advanced-Ausbildung beherrschen die Kinder alle vier Schwimmstile.

Eine Aufnahme in den Schwimmclub Wittenbach wird nach Abschluss der Advanced-Ausbildung geprüft.

### **Wann lernen die Kinder Brustschwimmen?**

Richtig schwimmen heisst für viele Eltern und Kinder Brustschwimmen.

Brustschwimmen ist koordinativ sehr anspruchsvoll, weshalb es mehr Sinn macht, diesen Schwimmstil erst dann zu lernen, wenn die Kinder koordinativ soweit sind, um ihn technisch korrekt umsetzen zu können.

Bei manchen sieht es zwar nach Brustschwimmen aus, sie kommen aber nicht vorwärts und werden sehr schnell erschöpft.

Wird der Kopf aus dem Wasser gestreckt, sinken als Reaktion der Rumpf und die Beine ab.

Der Körper gerät in eine ungünstige Schräglage – bei Kindern sogar in eine senkrechte Lage.

Diese ungünstige Wasserlage wirkt sich negativ auf den Vortrieb der Arme und Beine aus:

Der aufgerichtete Körper erzeugt einen Widerstand der nur noch unter grossem

Kraftverschleiss - wenn überhaupt - vorwärts bewegt werden kann.

Uns ist es wichtiger, den Kindern ein Bewegungsrepertoire mitzugeben, als stilpuristisches und falsches Brustschwimmen zu üben.

Es wird bei kleinen Kindern nach einem Kurs noch technische Fehler geben, wie auch beim Skifahren, beim Turnen und eigentlich bei jeder Bewegung die Kinder ausführen.

Kinder, die im Umgang mit Wasser entspannt sind, werden mit zunehmender Bewegungswahrnehmung auch die Brusttechnik effizient erlernen.

Regelmässiges Schwimmen in unseren Halbjahreskursen Level 7+8 und Level 9+10 (Kurs à 30 Lektionen jeweils Mittwoch und/oder Freitag um 16.30-17.30Uhr) nötig, damit die Technik des Brustschwimmens erlernt werden kann und daraus eine korrekte Bewegungsausführung und Bewegungseffizienz dieses Schwimmstils erreicht werden kann.

Zudem bietet dieser Kurs an die Rücken- und Crawltechnik weiter zu vertiefen, weitere Elemente wie das Delfinschwimmen, sowie verschiedene Starts und Wenden zu erlernen.  
Weitere Informationen finden Sie unter der Sparte Halbjahreskurse.

### **Welche Auszeichnungen erhalten die Kinder?**

Die Kinder erhalten einen persönlichen Kidspass.  
Der Schwimmsportlehrer/-in prüft die vorgegebenen Inhalte während des Kurses.  
Sie werden mittels Zwischenbericht über den Stand ihres Kindes in Mitte des Kurses informiert.  
Innerhalb des Kurses können die Kinder zudem zusätzliche Special Stars erwerben für bereits erfüllte Inhalte.

Es gibt **keinen Abschlusstest**, wir wollen, dass die Kinder motiviert und ohne Prüfungsdruck die Tests erreichen können.

Werden die Inhalte beherrscht zeichnen wir die Kinder mittels einer Klebe-Medaille der jeweiligen Stufe aus.

### **Was wenn mein Kind das Level nicht erreicht hat?**

Sollte Ihr Kind einmal ein Level nicht erreichen können, nimmt der Schwimmsportlehrer/-in mit Ihnen während des Kurses Kontakt auf.

Ihr Kind erhält auf jeden Fall ein Motivationssticker zum Einkleben für seine ganz persönliche Leistung dass es erbracht hat; denn jedes Kind macht seinen ganz persönlichen Fortschritt.

Motivieren Sie Ihr Kind zum weiterüben und unterstützen Sie Ihr Kind positiv im jeweiligen Lernfortschritt.

Es ist normal, dass Kinder unterschiedlich schnell lernen und daher ist es kontraproduktiv ein Kind in die nächst höhere Stufe zu schicken, wenn es dafür noch nicht bereit ist.

Unser Leitsatz: „**Das Gras wächst auch nicht schneller wenn man daran zieht.**“

### **Mein Kind hat bereits ein Pinguin-Abzeichen können wir die Abzeichen noch vervollständigen bis zum Eisbär?**

Ja, das neue System ist kompatibel mit den bestehenden Abzeichen von swimsports.

Melden Sie sich bei der Schwimmkursleitung so kann Sie veranlassen, dass ihr Kind am Ende des Kurses das Abzeichen erhält um sie vervollständigen zu können.

### **Wie viele Kinder sind in einem Kurs?**

In den Basic-Kursen Level 1 - 2 maximal 8 Kinder und

in den Basic-Kursen Level 3 - 6 maximal 9 Kinder.

Durch die limitierte Gruppengrösse sind wir immer in der Lage, das Kind individuell zu betreuen und zu fördern.

### **Mein Kind schwimmt sehr gerne, was gibt es für eine Möglichkeit nach der Basic-Ausbildung Level 1-6?**

Nach bestandem Level 6 von Swiss Swimming oder Eisbärabzeichen von swimsports haben die Kinder die Möglichkeit am Halbjahreskurs Level 7-10 (Advanced-Ausbildung) teilzunehmen.

Ziel ist es in einem Halbjahreskurs die Freude am Wasser weiter zu erleben und das bereits Gelernte weiter anwenden und festigen zu können, um neue Fähigkeiten zu erwerben.

Spiel und Spass kommen in dieser Gruppe nicht zu kurz, denn Schwimmen ist mehr als nur Plättli zählen ☺