



Schwimmschule für Kinder Eltern-Info

Schön, dass Sie sich für die Schwimmschule beim Ludwigshafener Schwimmverein 07 interessieren.

Üblicherweise finden zweimal pro Jahr (Frühjahr und Herbst) Kurse statt. Gerne merken wir Ihr Kind dafür vor. Senden Sie uns bitte eine E-Mail an schwimmen@lsv07.info mit folgenden Informationen: Name und Geburtstag Ihres Kindes, Ihren Namen und Handy-Nummer.

Wir möchten Sie gerne auf ein paar Punkte hinweisen:

- a) Voraussetzung zur Teilnahme an der Schwimmschule LSV 07 ist, dass Ihr Kind bereits schwimmen kann (mindestens "Seepferdchen"-Niveau) und darüber hinaus sogenannte Basiskompetenzen fürs Schwimmen mitbringt (siehe unten im Anhang). Darauf bauen unsere Tests zur Einteilung in die Gruppen im "Vorschwimmen" zum Start der Schwimmschule auf. Die Tests werden von erfahrenen Trainern nach etablierten Standards durchgeführt.
- b) Ihre Kinder sind sowohl beim Vorschwimmen als auch im regulären Trainingsbetrieb mit den TrainerInnen allein.
- c) Wir gehen davon aus, dass Ihr Kind sich selbständig umziehen und auf Toilette gehen kann.
- d) Uns ist wichtig, dass Ihre Kinder das Schwimmtraining mit Freude besuchen. Deshalb bitten wir um Verständnis, dass wir in den Fällen, in denen die Basiskompetenzen oder die körperlichen/ koordinativen Fähigkeiten für eine erfolgreiche Teilnahme nicht ausreichend vorhanden sind, eine Aufnahme in die Schwimmschule ablehnen müssen. In diesem Fall würden wir empfehlen, Ihr Kind zu einem späteren Zeitpunkt erneut vorzustellen.

Wir würden uns freuen, Sie und Ihre Kinder bald begrüßen zu können.

Michael Kulke
Leitung der Schwimmabteilung
Ludwigshafener Schwimmverein 07 e.V.

Anhang: Konzept Schwimmschule LSV07 (incl. Basiskompetenzen fürs Schwimmen)

Konzept Schwimmschule LSV07 (Svenja Gimbel, Oktober 2018)

Voraussetzungen zur Teilnahme an der Schwimmschule

Das Vorschwimmen beinhaltet die Überprüfung der schwimmerischen Basiskompetenzen der Kinder. Über die Basiskompetenzen **atmen, schweben, gleiten, fortbewegen, springen und tauchen** verinnerlichen die Kinder die wichtigsten Bausteine für das Erlernen aller Schwimmtechniken und erhalten eine breite Grundlagenausbildung im Wasser.

Ablauf des Vorschwimmens und Übungsbeschreibung

→Begrüßung der Kinder durch die beteiligten Trainer und kurze Erläuterung des Abschwimmens (Zuhilfenahme der Metapher „Delphine zeigen was sie können“)

- 1) Gesicht waschen, Blubbern mit vollständigem Untertauchen des Kopfes

Nähere Beschreibung: Stehend minimal 3 Sek. vollständig untertauchen mit sichtbarem Ausatmen durch Mund oder Nase unter Wasser



Übungsbeispiel:

2) Abstoß vom Beckenrand und 5 m an der Wasseroberfläche gleiten

Nähere Beschreibung: Von der Wand abstoßen und während min. 3 Sek. in Bauchlage selbständig gleiten (ohne Beinschlag). Das Gesicht liegt im Wasser, Arme in Hochhalte.



Übungsbeispiel:

Ergänzung Seestern: Minimal 5 Sek. schweben in Bauchlage /Rückenlage, Arme in Seit- bis Hochhalte



Übungsbeispiel:

Ergänzung Kraulbeine: Von der Wand abstoßen und in Bauchlage selbständig gleiten mit Beinschlag. Das Gesicht liegt im Wasser, Arme in Hochhalte.



Übungsbeispiel:

3) Delphinsprünge

Nähere Beschreibung: Arme in Hochhalte und Füße auf dem Beckenboden, Blick zum Wasser und Sprung durch Fußabstoß nach vorne mit Bewegungsvorgabe der Arme



Übungsbeispiel:

4) Sprung vom Beckenrand

Nähere Beschreibung: Freier Sprung vom Beckenrand auf die Füße zum sofortigen, vollständigen Untertauchen.



Übungsbeispiel:

5) Streckenschwimmen (12 m)

Nähere Beschreibung: Freies Schwimmen in beliebiger Schwimmart, erkennbare Arm- und Beinaktion mit sicherer Wasserlage



Übungsbeispiel: