



**„Schafft mein Kind das Abzeichen?“ –**

**oder sollte die Frage nicht eher lauten:  
„Was hat mein Kind schon alles gelernt?“**

In wenigen Wochen ist es soweit: Die Schwimmkurse enden und die Abzeichen werden vergeben. Viele Kinder erhalten eine Auszeichnung, doch einige „haben es noch nicht geschafft“. Hoffnungsvoll blicken sie uns an: Habe ich das Abzeichen bestanden? Manchmal kommt die Angst hinzu: Sind meine Eltern enttäuscht, wenn ich es nicht schaffe?

Auch Eltern fragen uns besorgt: Mein Kind war wegen Krankheit dreimal nicht im Training – wird es das Abzeichen trotzdem bekommen? Wann ist es endlich soweit?

Seien Sie gewiss: Unsere TrainerInnen treffen die bestmögliche Entscheidung zum Wohl Ihres Kindes. Wir folgen den Leitlinien des Schwimmverbands und der DLRG, denn unser Ziel ist nicht nur ein bestandenes Abzeichen, sondern dass Ihr Kind mit Freude schwimmen lernt – und am Ende ein sicherer Schwimmer wird. Die Abzeichen bestätigen, dass die Kinder die erforderlichen Leistungen erbracht haben.

## **Wie können Sie Ihr Kind unterstützen?**

Unsere TrainerInnen begleiten Eltern und Kinder auf diesem Weg und geben wertvolle Tipps für das richtige Schwimmenlernen:

1. **„Schwimmen mit Freude“** – das ist unser Motto.  
Freude am und im Wasser ist der Schlüssel! Loben Sie Ihr Kind für jeden Fortschritt – sei es, dass es keine Angst vor dem Wasser hat, tauchen kann oder bereits auf dem Rücken im Wasser liegt („Seestern“). Kleine Erfolge halten die Motivation hoch und machen das Schwimmenlernen zu einem positiven Erlebnis.
2. **Spielerisches Üben zuhause.**  
Für viele Kinder ist es anfangs eine Herausforderung, wenn Wasser über den Kopf und das Gesicht läuft. Nutzen Sie das Baden oder Duschen für eine sanfte Wassergewöhnung. Lassen Sie Ihr Kind mit einem Becher oder der Brause Wasser über den Kopf laufen, mit einer Gießkanne spielen oder Blubberblasen machen.

### **Warum ist das so wichtig?**

*Tauchen zu können und ins Wasser ausatmen sind bereits Teil der Prüfung für das Seepferdchen. Die richtige Atemtechnik erleichtert das Schwimmen und ist ein wichtiger Sicherheitsaspekt: Kinder, die Angst vor Wasser im Gesicht haben, geraten im Ernstfall – beispielsweise bei einem unerwarteten Sturz ins Wasser -*

*schneller in Panik und können sich womöglich nicht selbst helfen (wie zum Beispiel auf den Rücken drehen).*

### **3. Jeder Schwimmbadbesuch zählt!**

Kinder lernen jedes Mal etwas Neues, wenn sie im Wasser sind. Sie entwickeln ein Gefühl für Auftrieb, beobachten andere Kinder und entdecken neue Bewegungsmöglichkeiten.

Daher seien sie als Eltern entspannt, lassen sie ihr Kind toben, sich ausprobieren und seine Erfahrungen unter ihrer Aufsicht machen. Auch ein vermeintlich "nutzloser" Schwimmbadbesuch im Baby- und Kinderbecken hat einen positiven Einfluss – und bald wird die Neugierde am großen Schwimmbecken geweckt.

#### ***Wie oft soll man Schwimmen gehen?***

*Jede Schwimmerfahrung hilft! Ob einmal im Quartal oder nur im Urlaub – besser als nichts. Regelmäßiges Üben, idealerweise ein- bis zweimal im Monat, unterstützt den Lernprozess enorm. Ihr Kind wird stolz zeigen, was es bereits kann – vielleicht sogar Ihnen eine Technik beibringen!*

### **4. Geduld haben**

Jedes Kind lernt in seinem Tempo, jedes braucht seine Zeit, bis sie die richtige Technik erlernt haben. Die Koordination von Armen und Beinen ist alters- bzw. entwicklungsabhängig. Druck oder Schimpfen helfen nicht - vertrauen sie auf den natürlichen Lernprozess ihres Kindes.

## **Reden Sie mit Ihrem Kind übers Schwimmen**

Wir Erwachsenen wissen, warum Schwimmen so wichtig ist. Doch Kinder brauchen oft mehr Verständnis für den Sinn dahinter.

- Fragen Sie Ihr Kind, was es bereits über das Schwimmen weiß. So erkennen Sie, wie viel Motivation und Unterstützung nötig ist.
- Sprechen Sie über die Freude am Wasser: *Was macht dir Spaß? Wovor hast du vielleicht noch Angst?*
- Erklären Sie Ihrem Kind, warum es Ihnen wichtig ist, dass es schwimmen lernt, und hören Sie zu, was es selbst darüber denkt.

## **Warum Brustschwimmen nicht immer die beste Wahl ist...**

Gehören Sie auch zur Generation Brustschwimmer? Dann denken sie vielleicht, dass dies die beste Schwimmart für ihr Kind ist. Warum das nicht immer der Fall ist, erfährst du ausführlich in unserem Artikel zur ersten Schwimmart unter Downloads auf der Homepage.

Wir wünschen viel Freude beim gemeinsamen Schwimmenlernen!