

# Kleinkind- schwimmen

- Für 1-3-Jährige
- Wassergewöhnung mit Eltern
- Spiel & Spaß auch für zu Hause

Lilli Ahrendt



BEWEGUNGSRAUM WASSER

KURT WILKE HRSG.

MEYER  
& MEYER  
VERLAG

## Kleinkindschwimmen

*„(...) es war eine Gunst des Wassers, seine Großzügigkeit, daß es unseren kleinen Körpern gestattete, Könige zu sein, die spritzend, platschend und prustend über das Wasser herrschten, während unter unsern strampelnden und paddelnden kleinen Füßen der sanfte Strom des Wassers gleichmütig und unaufhaltsam seiner eigenen Richtung folgte.“*

(Düffel von, 2000, 15)

## **Danksagung**

Mein besonderer Dank gilt  
meinem persönlichen Lektor, Herrn Gottfried Ahrendt,  
der Fotografin Frau Mathilde Kohl  
und den zahlreichen Eltern und Kindern,  
die bei den Fotoaufnahmen bereitwillig mitwirkten.

*Dr. Lilli Ahrendt*

### **Anmerkung – Abgrenzung vom ersten Buch:**

Während im Buch Säuglingsschwimmen die Kindesentwicklung im ersten Lebensjahr und die entwicklungsentsprechende Bewegungsförderung thematisiert werden, werden im vorliegenden Buch die Kindesentwicklung und die methodisch-didaktischen Inhalte des Schwimmens für das zweite (Kleinstkind) und dritte Lebensjahr (Kleinkind) zusammengefasst, da die Grenzen zwischen Kleinst- und Kleinkindalter fließend verlaufen.

### **Allgemeiner Hinweis:**

Im Buch wird der Begriff Eltern für Mutter und Vater sowie für eine gegebenenfalls andere mit dem Kleinkind am Schwimmen teilnehmende Bezugsperson verwendet.

Die Verwendung des männlichen Fürworts und Geschlechts in diesem Text gilt der Einfachheit halber gleichzeitig auch für das weibliche Fürwort und Geschlecht und stellt kein Präjudiz dar.

Lilli Ahrendt

# **KLEINKINDSCHWIMMEN**

**GRUNDLAGEN ZUR KINDESENTWICKLUNG UND -FÖRDERUNG  
DURCH ELTERN-KIND-SCHWIMMEN IM 2. UND 3. LEBENSJAHR**

Mit Fotos von Mathilde Kohl



Meyer & Meyer Verlag

## **Kleinkindschwimmen**

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen  
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über  
<<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie  
das Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner  
Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche  
Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer  
Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2002 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen  
2., überarbeitete Auflage 2008

Adelaide, Auckland, Budapest, Cape Town, Graz, Indianapolis,  
Maidenhead, New York, Olten (CH), Singapore, Toronto  
Member of the World



Sport Publishers' Association (WSPA)

ISBN 978-3-8403-0118-6

E-Mail: [verlag@m-m-sports.com](mailto:verlag@m-m-sports.com)

[www.dersportverlag.de](http://www.dersportverlag.de)

# Inhalt

<b>Vorwort des Herausgebers</b> .....	<b>7</b>
<b>I Einführung</b> .....	<b>8</b>
<b>II Grundlagen zur Kindesentwicklung und zum Kleinkindschwimmen</b> .....	<b>12</b>
<b>1 Das Wasser</b> .....	<b>13</b>
1.1 Element des Alltags .....	15
1.2 Element des Spiels .....	16
1.3 Element der Gefahr: Erziehung zur Sicherheit .....	17
<b>2 Das Kleinkind – zweites und drittes Lebensjahr</b> .....	<b>22</b>
2.1 Körperliche und motorische Entwicklung – von ersten selbstständigen Schritten zum vielfältigen Bewegungsrepertoire . . . .	23
2.2 Sinnesorgane und Wahrnehmung – zunehmende Reizverarbeitung und Welterkundung mit Augen und Händen .....	31
2.3 Beziehungs- und Sprachverhalten – vom Abnabeln zum Streben nach Eigenständigkeit .....	35
2.4 Spiel- und Lernverhalten – über das Nachahmen und Funktionieren zum Ausprobieren .....	37
2.5 Hygienisches Verhalten – den Windel entwachsen .....	40
2.6 Bewegungsauffälligkeiten und Wahrnehmungsstörungen . . .	43
<b>3 Eltern und Kursleiter</b> .....	<b>48</b>
3.1 Die Elternrolle im Verlauf der kindlichen Persönlichkeitsentwicklung .....	49
3.2 Der Kursleiter als Ratgeber, Situationsgestalter und Bezugsperson für Eltern und Kinder .....	53
<b>4 Das Kleinkindschwimmen</b> .....	<b>56</b>
4.1 Bedeutung und Zielsetzung von Bewegung, Spiel und Sport für Kleinkinder .....	57
4.2 Konzept der interaktiven Bewegungsstimulation – gemeinsam die Wasserwelt erleben .....	61
4.3 Bewegungslernen und Schwimmverhalten .....	62
4.4 Forschungsergebnisse, Erfolgserwartung und Ergebnis: Und wann lernt das Kind endlich schwimmen? .....	67

<b>III Zur Praxis des Kleinkindschwimmens</b>	<b>70</b>
<b>5 Aufbau und Organisation eines Kurses</b>	<b>71</b>
5.1 Planen und Durchführen eines Kurses	71
5.2 Elterninformation und Spielvorschläge für Duschen und Baden daheim	73
5.3 Hinweise für das Schwimmbad	77
5.4 Hygiene und Krankheitsverhütung	78
5.5 Erste Hilfe, Aufsichts- und Sorgfaltspflicht	81
<b>6 Kursinhalte und Durchführung</b>	<b>88</b>
6.1 Verlauf und Inhalte einer Kursreihe	89
6.2 Stundenaufbau, Unterrichtsinhalte und kreative Gestaltung	93
6.2.1 Grundbewegungsformen und Grundfertigkeiten im Wasser	103
6.2.2 Gymnastikübungen und Turnen am Körper der Eltern im Wasser	107
6.2.3 Grifftechniken mit Spiel- und Übungsanregungen	111
6.2.4 Wassergewöhnung und Tauchtechniken	133
6.2.5 Bewegungsanregungen im Stationsbetrieb	141
6.2.6 Wahrnehmungsübungen	147
6.2.6.1 Der optische Bereich	147
6.2.6.2 Der akustische Bereich	148
6.2.6.3 Der taktile Bereich	150
6.2.6.4 Der Bereich der Körperorientierung	151
6.2.6.5 Der Bereich der Raum- und Lageorientierung	152
6.2.6.6 Der Bereich der Reaktionsschulung	153
6.2.7 Spiele mit Materialien und in Gesellschaft	155
6.2.8 Rituale und Lieder	163
6.2.9 Entspannungsmöglichkeiten im Wasser	170
6.3 Schwimm- und Auftriebshilfen	175
<b>IV Anhang</b>	<b>182</b>
<b>7 Literaturhinweise, Quellen- und Bildnachweise</b>	<b>183</b>
<b>8 Schlagwortverzeichnis</b>	<b>187</b>
<b>9 Adressen und Ansprechpartner</b>	<b>189</b>



### Vorwort des Herausgebers

Obwohl das Kleinkind im zweiten und dritten Lebensjahr sich die Welt überwiegend auf dem festen Land erschließt, bildet das Wasser auch für dieses Alter einen idealen Bewegungsraum.

Anders als beim Säugling unterliegt die Bewegungssteuerung des Kleinkindes schon weitgehend der eigenen Willkür. Das Wasser als nachgiebig-flüssiges und auftreibendes Element bietet unaustauschbare Wahrnehmungs- und Steuerungsinhalte für das umgebungsneugierige Kind, wenn es gelingt, ihm angstfreie und spielerisch angenehme Situationen bereitzustellen.

Dann ist die Erfahrung des Wassers und des eigenen Körpers im Wasser spannend, fordert zweckmäßiges Verhalten heraus, verbindet Kind und Eltern im gemeinsamen Erlebnis und bietet die Chance zu einer überlebenssicheren Schwimmfähigkeit.

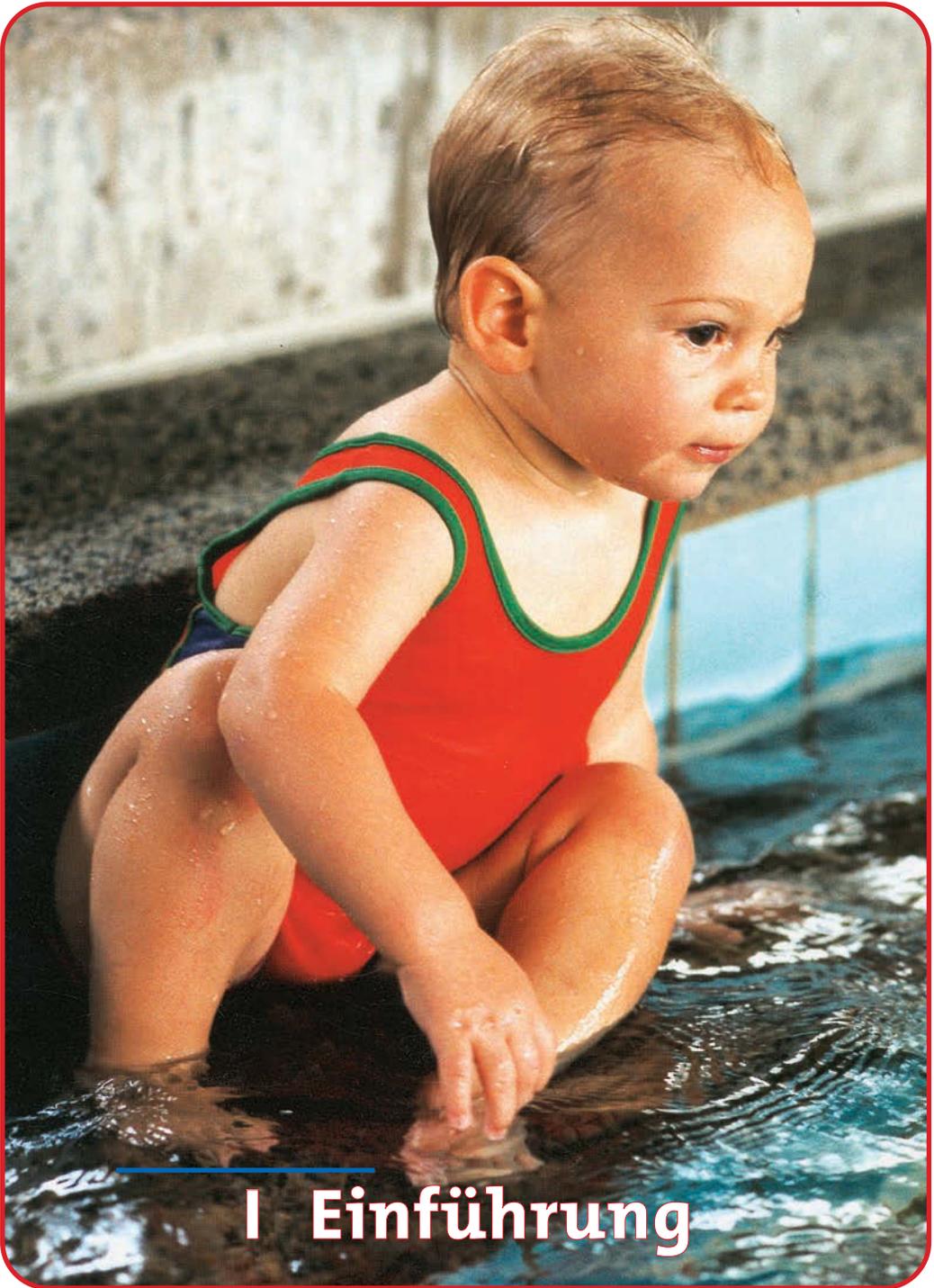
Lilli Ahrendt stellt vor allem die Entwicklungsförderung des Kindes in den Mittelpunkt ihrer Arbeit. Die kleinkindliche Entwicklung ist demzufolge zentraler Inhalt des Buches und zugleich Ausgangspunkt für ihre methodische Anleitung von Eltern, Kursleitern sowie allen, die sich planend, organisierend oder ausführend mit dem Kleinkindschwimmen beschäftigen.

Über ihr entwicklungspädagogisches Anliegen versäumt die Autorin jedoch nicht, handfest über das Greifen und Sichern der kleinen Kinderkörper zu informieren sowie Hinweise zu scheinbar trivialen, nichtsdestoweniger erfolgsnotwendigen Randbedingungen wie Temperaturen, Hygiene, Materialien oder Badebekleidung zu geben.

Selbst bei solchen technischen Details bringt sie zum Ausdruck, dass Kleinkindschwimmen keine bewegungstechnische Unterweisung darstellt, sondern auf vertrauensvoller und sensibler Interaktion von Erwachsenen und Kindern im Wasser beruht.

*Köln, im November 2007*

*Kurt Wilke*



I Einführung



Dieses Buch stellt die Fortsetzung des bereits erschienenen Buches **Säuglingsschwimmen** dar. Während sich das Säuglingsschwimmen inhaltlich auf das Eltern-Kind-Schwimmen im ersten Lebensjahr bezog, wird in diesem Buch das *Kleinkindalter* und damit der Entwicklungsbereich und die Fördermöglichkeiten im Wasser für das Eltern-Kind-Schwimmen im zweiten und dritten Lebensjahr vorgestellt.

Der Begriff *Schwimmen* bedeutet für diese Altersgruppe ein durch Eltern oder Auftriebs- und Schwimmhilfen unterstütztes, zielgerichtetes Bewegen und eigenständiges Bewegewollen des Kindes im Wasser. Die Fähigkeit, selbstständig schwimmen zu können<sup>1</sup>, erlangt das Kind frühestens ab einem Alter von vier Jahren. Sie hängt neben der geistigen Reife und Motivation insbesondere vom Längenwachstum der Gliedmaßen sowie dem damit verbundenen Kraft-Last-Verhältnis und den motorisch-kordinativen Fähigkeiten des Kindes ab.

Wie beim *Turnen* mit den Kleinsten versteht es sich somit von selbst, dass hier die Grundelemente des Bewegens im Wasser mit Unterstützung der Eltern unter fachlicher Anleitung eines Kursleiters erfahren und erprobt werden sollen, stellt doch das Medium Wasser selbst schon eine Besonderheit und einen geeigneten Bewegungsraum zum Spielen und Toben dar.

Die Vorstufen auf dem Weg zum Schwimmenlernen sind methodisch auf das Alter abgestimmt: Die ersten Hürden sind, sich an das Wasser zu gewöhnen und es zu bewältigen. Sie werden im Rahmen des Eltern-Kind-Schwimmens stets ganzheitlich und interaktiv angebahnt, d. h. Kinder mit Eltern schrittweise und ohne Leistungsdruck ihre Bewegungsfreude und ihr Wohlbefinden beim Fortbewegen, Springen, Ein- und Untertauchen und bei den Spiel-, Gymnastik- und Entspannungsübungen ausleben zu lassen. Schwimmen kann als *Sportart mit Perspektive* lebenslang und generationsübergreifend in der Freizeit und auch als gemeinsamer Familiensport betrieben werden.

Erfolgreiches Kleinkindschwimmen erfordert eine qualifizierte Anleitung bei geeigneten Bedingungen in stehetiefem, ungefähr 32° C warmem Wasser. Die Gruppen sollten nach Alter und Vorerfahrungen eingeteilt

<sup>1</sup> Mit *Schwimmen* ist hier das Fortbewegen im Tiefwasser über eine Strecke von 12 m (*Pinguin-Abzeichen*) oder 25 m (*Seepferdchen-Abzeichen*) mit Sprung- und Tauchfertigkeiten gemeint. Diese so genannte *Frühschwimmbzeichen* testen dem Kind eine erste erfolgreiche Schwimmleistung, die unter Aufsicht bewältigt werden konnte.



werden, zumal das Bewegungsrepertoire sich in den ersten Kindesjahren rasant erweitert.

Der auf die spielerische Bewegungsförderung ausgerichtete Unterricht und die gleichzeitige pädagogische Betreuung charakterisieren das beabsichtigte und bewusste Handeln des Kursleiters und der Eltern mit ihrem Kind.

Der Einstieg ins Eltern-Kind-Schwimmen kann jederzeit erfolgen. Die ab dem zweiten Lebensjahr aufkommende *Trennungsangst* (~ 13 Monate), die *Trotzphase* (~ 18 Monate), die *Tiefenangst* (~ 24 Monate) oder auch die allgemeinen Orientierungsschwierigkeiten bei unbekanntem Situationen in fremder Umgebung (*Angst vor Neuem*) können phasenweise den Unterricht beeinträchtigen.

Das Kleinkindschwimmen intensiviert ganz bewusst die Eltern-Kind-Beziehung. Aus dem strampelnden Säugling kann nun ein anhängliches wie auch um Selbstbestimmung kämpfendes Kleinkind werden, das andere Vorstellungen als die Eltern im Wasser hat, das plötzlich ängstlich ist oder auch nicht mehr gehalten werden will, obwohl es noch nicht schwimmen kann. Wesentlich ist, diese Entwicklungsstufen als Phasen zu akzeptieren und geduldig mit Kompromissen zu überbrücken.

Mit den Eltern gemeinsam spielen und planschen zu können, bedeutet für das Kind eine Aktivität, die es genießt. Wasserspritzer und -wellen werden im Zuge der Wassergewöhnung zur Freude und nicht zum Schrecken, ins Wasser zu springen und unterzutauchen zum Lieblingsspiel, weil die vertrauten elterlichen Arme behüten. Die Unterrichtsinhalte sind ganzheitlich ausgelegt, fördern die motorischen wie geisti-

gen, sozialen und emotionalen Fähigkeiten gleichermaßen. Eine kreative Unterrichtsgestaltung lässt die Kinder und Eltern eine Vielfalt von Bewegungen erleben, die einfach Spaß und Freude bereiten.

Mit dem Kleinkindschwimmen kann eine gute Basis gelegt werden, Selbstvertrauen im Wasser zu gewinnen, ein gesunder Prozess, der sich später im Eigeninteresse des Kindes an Gesundheit und Sport beim Schwimmen fortsetzen kann. Eine sportliche Schwimmtechnik kann ein Kind im Allgemeinen frühestens ab drei Jahren bewusst erlernen, wenn es eine hinreichende kognitive, körperliche und motorische Reife besitzt.

Eltern, die ihrem Kind das Spielen und Experimentieren im Wasser in frühem Alter verwehren, es in einer Art Fremdbestimmung aus übertriebener Vorsicht nur mit Hilfsmitteln ausgestattet ins Wasser nehmen und ständig vor Gefahren warnen, anstatt es direkt zu begleiten und zur Auseinandersetzung mit dem Medium zu motivieren, laufen Gefahr, dass sich bei ihrem Kind eine Wasserphobie entwickelt, die das spätere Schwimmenlernen zu einem langwierigen, schwierigen und angespannten Prozess werden lassen kann.





## II Grundlagen zur Kindesentwicklung und zum Kleinkindschwimmen

# 1 Das Wasser

Wasser als ein sich in einem schier endlosen Kreislauf sich bewegendes Element übt eine unwiderstehliche Anziehungskraft auf die Menschen aus. Seine Faszination wird insbesondere bei Gelegenheiten deutlich, wenn es die Menschen an den Strand oder die rauschenden Bergbäche zieht. Und auch im Alltag lieben wir das natürliche Duschen; ebenso fühlen wir uns nach dem Schwimmen wie neugeboren.

Für das Kind in der Entdeckungsphase bedeutet Wasser ein kreatives und spannendes Erlebnis- und Erfahrungsfeld. Wasser verbindet, indem es Eltern und Kind umschließt und sie hautnah miteinander agieren läßt. Die Eigenart seiner Durchlässigkeit macht es erforderlich, das Kind ununterbrochen zu beaufsichtigen und zu stützen, weil es auf Grund seiner anfänglichen Schwimmfähigkeit der Hilfe bedarf.

Besonders in den ersten Lebensjahren werden die grundlegenden psychischen Einstellungen des Kindes geprägt. Wird dem Kind hier ein spielerischer Einstieg zum Wasser geschaffen und entwickelt es dazu eine freundschaftliche Beziehung, so wird es auch im späteren Lebensalter die positive Einstellung gegenüber Wasser beibehalten.

Das Wasser erfaßt den Menschen nicht nur sinnbildlich in seiner Ganzheit, sondern tatsächlich körperlich und seelisch. Das Wasser bewältigen zu können, sich darin zu behaupten, verleiht dem Kind seelische Stärke. Mit diesen Erfahrungen gewinnt es an Selbstsicherheit, Mut und Einsatzfreudigkeit, welche sich von der Bewegungserfahrung auf den Alltag überträgt. Das Bewegen im Wasser wurde seit längerem auch als Persönlichkeitsförderung erkannt und bewertet (vgl. Diem 1980, Kennel 1978).

## Element des Alltags

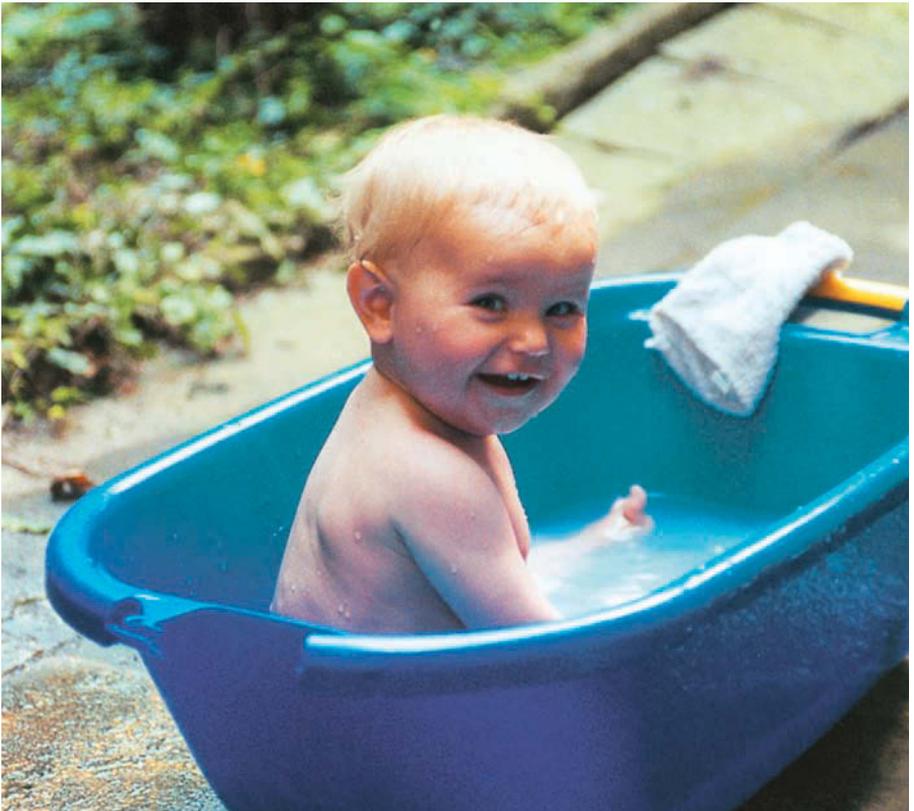
### 1.1

Wasser ist nicht nur zum Trinken da, sondern auch für die tägliche Körperpflege ist es nötig. Ab dem zweiten Lebensjahr kann das Kind bereits allein, also nicht mehr nur mit den Eltern gemeinsam, in einer Wanne baden, die nur ca. 30 cm hoch mit Wasser gefüllt und mit einer rutschfesten Matte ausgelegt sein sollte. Spielsachen, wie Becher verschiedener Größe oder Schwämme, lassen das Kind länger darin verweilen, wobei es das Wasser spielerisch entdeckt.

Um das Körperschema aufzubauen, hilft es, dass die Kinder spielerisch mit dem Waschlappen verschiedene Körperstellen zu waschen lernen. Ein größeres Geschwisterkind oder eine Puppe kann dabei mitbaden, um gleichzeitig als gutes Beispiel voranzugehen. Ferner kann ein kurzes Abduschen vor dem Windelwechsel eingeführt werden.

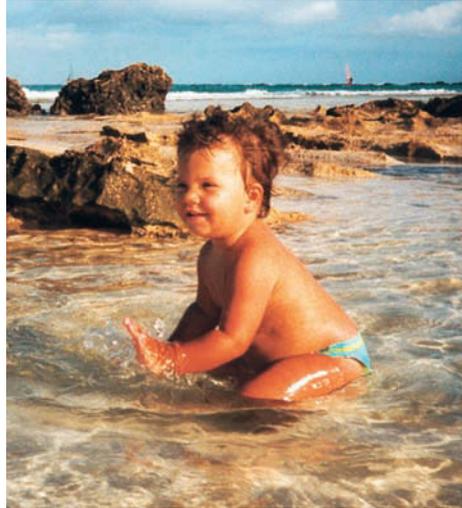
Schwierig gestaltet sich in diesem Alter mitunter das Haarewaschen. Weil die Kinder noch unsicher im Halten ihres Gleichgewichts sind, vermögen sie den Kopf noch nicht im aufrechten Stand zurückzulehnen (vgl. Brazelton 1998).

Aus dem gleichen Grund wird auch die Rückenlage bei der gleichen Prozedur allgemein abgelehnt. Vorteilhaft ist es, wenn die Eltern es dem Kind ermöglichen, sich im Sitz oder Stand festzuhalten, es die Augen schließen lassen, ein mildes Kindershampoo benutzen und es anschließend mit der Handbrause zügig abwaschen.



## Element des Spiels

Wasser ist für Kleinkinder ein besonders spannendes Element. Hier können sie ihre ersten physikalischen Erfahrungen sammeln, nämlich Auftrieb, Widerstand, Druck und Temperatur. Auch die dreidimensionalen Bewegungsmöglichkeiten der Gliedmaßen lernen sie kennen. Am Strand nutzen sie Wasser als Bindemittel zum Kuchenbacken, zum Bauen von Sandburgen und Gräben. Im Bad wird mit Schaum die Wand tapeziert und nasse Füße hinterlassen Abdrücke.



Die Konsistenz des Wassers macht es möglich, es in den Mund zu nehmen und wieder auszuspecken, hineinzublasen und zu blubbern, es zu schöpfen und wieder auszugießen, es zu tröpfeln und zu spritzen, es als fließend zu beobachten und es auf der Haut zu erspüren. Mit diesen grundlegenden Erfahrungen stillt ein Kind seine Neugier und wird zu weiterer Kreativität herausgefordert.



### 1.3 Element der Gefahr: Erziehung zur Sicherheit



Eine wohlgemeinte Warnung sollte allen Lesern bewusst machen, wie lebenswichtig gerade für kleine Kinder das Erlernen der schwimmerischen Fähigkeiten als Schutz ist, zumal das Wasser uns bei jeder alltäglichen Gelegenheit harmlos berührt wie beim Zähneputzen, Waschen, Spaziergehen am Bach/ Fluss, Zeitvertreib am See, Beobachten am Tümpel usw.

Alle Verantwortlichen sollten alarmiert sein, wenn das Statistische Bundesamt (VIII A1 Gesundheit 1999) berichtet, dass allein die Todesfälle durch Ertrinken und Untergehen im Kleinkind- und Vorschulalter (1-5 Jahren) mit 58 Fällen fast doppelt so hoch sind wie im Alter von 5-10 Jahren und um fast ein 15-faches höher als im Säuglingsalter (< 1 Jahr) liegen. Die Statistik der

Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft erfasste für das erste Halbjahr 2001<sup>2</sup> in Gesamtdeutschland insgesamt 181 Ertrinkungsfälle, 10% (18) davon fielen auf Kinder unter fünf Jahren.

Die häufigsten Unfälle ereignen sich in natürlichen Gewässern oder sind nicht näher in ihrer Ursache bezeichnet. Badewannen- und Schwimmbadunfälle nehmen einen vergleichsweise geringen Anteil ein. Dennoch wird anhand der Zahlen deutlich, dass das Kleinkind als Nichtschwimmer wegen seines starken Bewegungs- und Erkundungsdrangs auf Grund seiner mangelnden Erfahrung eine stark gefährdete Zielgruppe darstellt. Auch sind den körperlichen Fähigkeiten noch erhebliche Grenzen für die Selbstrettung gesetzt.

<sup>2</sup> Persönliche Vorabinformation, amtliche Publikation in 2002 vorgesehen.

Für Eltern ist es wichtig, sensibel für die Gefahren am und im Wasser zu werden und die Fähigkeiten ihres Kindes einschätzen zu lernen. In einer vergleichenden Elternbefragung von Eltern mit und ohne regelmäßige Teilnahme an Kleinkindschwimmkursen wurde deutlich, dass Eltern mit Kurserfahrung ein höheres Sicherheitsverhalten gegenüber ihrem Kind im Urlaub zeigten (vgl. Jenner 2000).

Demnach leistet das Kleinkindschwimmen durch Aufklärung und praktische Auseinandersetzung der Eltern mit ihrem Kind im Wasser eine Art Sicherheitstraining. Gefahren lassen sich auf Grund von gelebter Auseinandersetzung der Eltern realistischer einschätzen und durch spielerisches Einüben von Verhaltensregeln im Wasser können Kinder und Eltern vom Kursleiter praxisnah aufgeklärt werden.

Im Rahmen eines spontanen Experiments (vgl. Ahrendt 2001c) wurde ein weiterer Aspekt deutlich, nämlich die Wassererfahrung der Eltern selbst. In Säuglings- und Kleinkindkursen werden sie angeleitet, ihr Kind sach- und fachgerecht zu behandeln. Viele Eltern bekommen durch ihre Kinder erst wieder Zugang zum Medium Wasser und vertiefen durch den regelmäßigen Kursbesuch ihr Zutrauen in ihre eigenen Fähigkeiten; sie lernen, sicher mit ihrem Kind umzugehen. Mit diesen Erfahrungen lässt sich die Praxis – auch außerhalb des Kurses – realistischer einschätzen und ist für Eltern und Kinder nützlich, um Freizeit- und Urlaubssituationen zu bewältigen. Dann sind es die Eltern, die ihre Kinder im Wasser halten, beaufsichtigen und im Notfall retten können sollten.

Denn solange ein Kind nicht schwimmen kann, bedarf es der ständigen Aufsicht. Elterliches Überbehüten mit ständigem Warnen vor Gefahren beeinträchtigt das Kind, eigene Erfahrungen im Umgang mit dem Wasser zu machen und zu lernen, sich selbst zu schützen. Hinzuweisen ist an dieser Stelle, dass beharrliches Anlegen von Schwimmhilfen (z. B. Schwimmflügel) in jeglicher Wassernähe dem Kleinkind keine Sicherheitsgarantie bietet.

Unfällen, die durch Ausrutschen in der Badewanne hervorgerufen werden, lässt sich durch eine rutschfeste Matte, die am Wannensboden befestigt wird, vorbeugen. Der Raum soll während des Babybadens nie verlassen werden. Deshalb sind vorher Handtücher und Utensilien in Greifnähe zu platzieren.

Für Schwimmbecken, Teiche oder Regentonnen, die für das Kind eine Lebensgefahr darstellen können, sind selbst private Schwimmbadbe-

sitzer rechtlich verpflichtet, Sicherheitsvorkehrungen durch Zäune und Abdeckungen oder Schutzgeländer zu treffen, wenn das Becken nicht beaufsichtigt wird (vgl. Stohlmann 2001, 66f.).

### Empfehlungen für das Sicherheitstraining:

- Das Kind darf nur mit der Bezugsperson die Umkleide- und die Duschräume betreten.
- Kann das Kind bereits laufen, sollte es lernen, auch ohne Handfassung selbstständig den *Treffpunkt*, z. B. die Wärmebank, an der die ihm bekannte Badetasche platziert wird, aufzusuchen und dort zu warten. Diese Anforderung ist von Zeit zu Zeit als Aufgabe zu stellen; und dabei ist das Verhalten des Kindes verdeckt zu überprüfen.
- Müssen die Eltern die Umkleidekabine oder Toilette während des Unterrichts aufsuchen, so ist das Kind mitzunehmen oder einer anwesenden Person ausdrücklich zur *Aufsicht* zu übergeben.
- Zum Überbrücken von Wartezeit, z. B. vor Unterrichtsbeginn, sollten die Kinder anhand von mitgebrachtem Spielzeug außerhalb des Beckens beschäftigt werden. Wenn bereits die Möglichkeit besteht, das Becken zu betreten, begleiten die Eltern stets im Wasser oder auf der Treppe stehend ihre Kinder zum Spielen.
- Eltern und Kind gehen entweder gemeinsam oder zuerst ein Elternteil ins Wasser. Die Kinder springen stets erst danach auf ein verabredetes Signal ins Wasser.
- Während des Unterrichts sollte man sich vergewissern, ob sich das Kind für kurze Zeit tatsächlich an Anweisungen hält, wie z. B.: „Halt dich am Beckenrand fest, ich komme gleich!“ oder: „Bleib hier sitzen, ich hole den Ball“, um beim Sichentfernen des Elternteils die gebotene Verlässlichkeit zu gewährleisten. Eltern und Kinder sollen auch hier ihr Vertrauensverhältnis stärken. Eingehaltenes Wort und Tun vermittelt Sicherheit.
- Nach dem Schwimmen verlassen Eltern und Kind gemeinsam das Schwimmbecken, die Dusche und die Umkleidekabine. Zu Übungszwecken können Eltern auch aus der Dusche in den Umkleideraum vorangehen und das Kind auffordern, gleich zu folgen, wenn die Beaufsichtigung mit einer anderen Person vorher abgestimmt worden ist.

### Weitere Baderegeln:

- Ein Kleinkind soll am Unterricht teilnehmen, wenn es sich körperlich wohl fühlt und frei von ansteckenden Krankheiten ist.

- Der Aufenthalt im warmen Wasser ( $\sim 32^\circ \text{C}$ ) soll 45 Minuten nicht überschreiten. Sofern schon früher Anzeichen des Frierens erkennbar werden, ist das Wasser sofort zu verlassen.
- Ein Kind sollte nur tauchen, wenn es bereits die Schutzreaktion gelernt hat, nämlich die Gefahr des Wasserschluckens und des Sichverschluckens oder der Wasseraspiration zu meiden. Dann dürfte es gut vorbereitet, stressfrei und aufmerksam sein.
- Vorsicht ist geboten bei einer gelegentlich propagierten Selbstrettungsmethode<sup>3</sup>, bei der das Kind ungesichert längere Zeit im Wasser in Rückenlage liegen muss oder getaucht wird. Sie birgt die Gefahr der Wasserintoxikation und wird zudem aus pädagogischen und psychologischen Gründen abgelehnt, weil dabei das Kind regelmäßig in eine ungerechtfertigte psychische und körperliche Stresssituation versetzt wird mit der möglichen Folge von Wasserangst. Sicherlich wird daraus keine Motivation entstehen, um sich für das Schwimmenlernen zu begeistern. Entgegen der ganzheitlichen Methode wird auf diese Weise das Vertrauen des Kindes, von Eltern beschützt zu werden, missbraucht.



Der Verlauf ist optimal, wenn sich das Kind aus der sicheren und vertrauten elterlichen Obhut schrittweise lösen und auf seine eigenen Fähigkeiten verlassen kann. Es soll dabei schon die Grenze des *Noch-gerade-so-geschafft* erfahren und den Spaß am Wachsen von Selbstständigkeit erleben.

<sup>3</sup> Säuglingen und Kleinkindern wird antrainiert, sich nach dem Fall ins Wasser in Rückenlage zu drehen und in dieser Position, trotz Wasserschluckens, zu verharren (vgl. Fouace 1980; Lambiel 1998).

2

Das Kleinkind –  
zweites und drittes  
Lebensjahr

