

Schulschwimmzentrum Fürstenwalde im "schwapp"
Juri-Gagarin-Str.38

15517 Fürstenwalde

Hinweise für die Eltern zum Schwimmunterricht

Liebe Eltern,

zum neuen Schulhalbjahr beginnt für Ihre Tochter/Sohn eine regelmäßige Schwimmausbildung. Wir Schwimmlehrer freuen uns, Ihrem Kind Spaß und Bewegung im und mit dem Element Wasser zu vermitteln.

Das Ziel des Schwimmunterrichts besteht darin, dass jeder Schüler das Schwimmen erlernt bzw. vorhandene Fähig- und Fertigkeiten 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 min 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 Schulhalbjahres bekommt Ihr Kind eine Zensur für das Stoffgebiet Schwimmen, diese Zensur fließt in die Sportnote ein. Ein Schwimmzeugnis, welches alle erbrachten Leistungen enthält, erhält Ihr Kind ebenfalls. Außerdem ist es möglich, je nach Können einen Schwimmpass abzulegen.

Mit den nachfolgenden Hinweisen wollen wir erreichen, dass die Kinder durch Ihre Hilfe gut auf den Schwimmunterricht vorbereitet werden.

Was gehört in die Badetasche?

- Badehose/Badeanzug
- ein größeres und ein kleineres Handtuch für die Haare (Bademantel auch möglich)
- Badelatschen (keine Bedingung)
- Duschbad oder Seife
- eine Badekappe oder einen Haargummi (obligatorisch ab schulterlangem Haar)
- Bürste oder Kamm
- im Winter (Okt-März) eine Wollmütze
- evtl. eine kleine Zwischenmahlzeit (an den Automaten darf nicht eingekauft werden)

Die Sachen sollten möglichst in eine Tasche, die ausreichend Platz bietet, gepackt sein.

Ablauf des Schwimmunterrichts

Da der Schwimmunterricht in einem öffentlichen Hallenbad stattfindet, ist es wichtig, dass sich die Kinder an gewisse Regeln halten (Badeordnung).

Die Schülerinnen und Schüler haben einmal in der Woche Schwimmunterricht. Der Unterricht findet nicht im Klassenverband statt. Die Klassen werden in kleinere Gruppen aufgeteilt (4). Durch diese Aufteilung ist es uns möglich, den Unterricht besser an das jeweilige Ausgangsniveau der Schüler anzupassen.

Vor Betreten und nach Verlassen der Schwimmhalle wird aus Sicherheitsgründen die Schülerzahl festgestellt. Um dies möglichst reibungslos durchführen zu können, ist es wichtig, dass alle Kinder nach Verlassen der Umkleieräume ohne Verzögerung in den Vorraum der Schwimmhalle gehen, sich zweireihig aufstellen und das Durchzählen aufmerksam unterstützen. Um einen schnellen Transfer von der Schwimmhalle zur Schule zu gewährleisten, sollen keine Naschsachen im Eingangsbereich der Schwimmhalle gekauft werden. Im Bus darf nicht getrunken und gegessen werden.

In den Umkleieräumen müssen sich die Kinder umziehen und Ihre Kleidung in die Bügeltasche packen. Danach verlassen Sie die Umkleieräume und bringen ihre Bügel in die Kabinen zum Verwahren während des Unterrichts.

Ogleich die persönliche Bekleidung weggeschlossen wird, gilt weiterhin für alle Sport- und Schwimmhallen: Wertgegenstände, wie z.B. Uhren, Ketten, Ringe, größere Geldbeträge,

Haustürschlüssel, wertvolle Kleidung usw. sollten nicht mitgebracht werden. Da alle Verletzungen verursachende Gegenstände während des Unterrichts abgelegt werden müssen, können sie auch verloren gehen. Bitte helfen Sie Ihren Kindern, daran zu denken Schmuck und Wertsachen gar nicht erst mitzunehmen. Vor Unterrichtsbeginn setzen sich die Schwimmgruppen auf die ihnen zugeteilte Bank, um über den Unterricht informiert werden zu können. Es darf kein Schüler ohne Erlaubnis eines Lehrers ins Wasser gehen. Die größte Unfallgefahr im Bad geht vom rutschigen Hallenboden aus, deshalb darf dort nicht gerannt werden. Ferner ist es wichtig, dass niemand andere schubst oder untertaucht sowie „aus Spaß“ um Hilfe ruft. Aufgrund des Kältereizes kommt es beim Schwimmen zu einer erhöhten Harntätigkeit, darum soll vor dem Duschen die Toilette aufgesucht werden. Wer während des Unterrichts die Toilette aufsuchen möchte, muss sich beim Lehrer abmelden.

Wie können Sie Ihr Kind unterstützen:

- Üben Sie das Packen der Badetasche 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). Am Schwimmtag ziehen Sie bitte Ihr Kind so an, dass es sich gut und schnell umziehen kann.
- Falls sich Ihr Kind die Haare nach dem Unterricht waschen soll, bitte wir Sie, Ihr Kind entsprechend vorzubereiten, sodass es dies auch selbstständig und zügig erledigen kann.
- Härten Sie Ihr Kind mit kaltem Wasser ab.
- Wenn Ihr Kind in den Wintermonaten länger zum Haare trocknen braucht, kann es nach Rücksprache mit uns eher aus dem Wasser gelassen werden, eine kurze Mitteilung genügt. Bitte üben Sie auch diesen Handlungsablauf mit Ihrem Kind.

Übungen zu Hause

- Duschen ohne Badebekleidung !!! (dies gilt dann auch in der Schwimmhalle)
- Hinweise zur Körperreinigung und Bedienen der Dusche

Übungen für Nichtschwimmer bzw. ängstliche Kinder

- Eintauchen des Gesichts bis zum Haaransatz in ein mit Wasser gefülltes Waschbecken, dazu die Augen öffnen und ausatmen
- In der Badewanne gestreckt in Rückenlage untertauchen, Augen auf
- In der Badewanne gestreckt in Bauchlage mit Untertauchen des Kopfes, Augen auf.

Abwesenheiten/Krankheiten

- Wenn Ihr Kind im Schwimmunterricht fehlen muss, bitten wir Sie um eine schriftliche Mitteilung.
- Wir machen Sie darauf aufmerksam, dass eine leichte Erkältung keinesfalls ein Grund ist, ein Kind vom Schwimmunterricht fernzuhalten. Die Kinder erkälten sich im Normalfall nicht während des Unterrichts, sondern nachher. Gutes Abtrocknen, sowie genügend warme Kleidung schützen Ihr Kind vor einer verstärkten bzw. erneuten Erkältung.

-Wenn Ihr Kind an einer Krankheit leidet, bitten wir Sie, uns schriftlich zu informieren (evtl. Bescheinigung des Arztes, Angaben über Einschränkungen).

-Auch bei anderen Besonderheiten ist es hilfreich, uns zu informieren, um für diese Kinder einen ihren Möglichkeiten angepassten Unterricht zu gestalten.

-Sollten ärztliche Befunde einer Teilnahme am Schwimmunterricht entgegenstehen, reichen Sie diese bitte zur Kenntnisnahme weiter.

Dies sollen nur einige Anregungen für die Vorbereitung auf den Schwimmunterricht Ihres Kindes sein. Wenn Sie weitere Fragen zur Schwimmausbildung haben sollten, stehen wir Ihnen gern zur Verfügung. Ein Besuch in der Schwimmhalle während der Schwimmstunde ist nach vorheriger Anmeldung jederzeit möglich.

Mit freundlichen Grüßen

Die Schwimmlehrer