

# Babyschwimmen

## Die Ziele des Babyschwimmens

Das Babyschwimmen ist die früheste Form der Wassergewöhnung. Ab der 6. Lebenswoche bewegen sich die Kleinsten sicher gehalten und im engen Körperkontakt mit den Eltern. Das bereitet den Babys großen Spaß und ist gleichzeitig die erste Möglichkeit, mit anderen Kontakt aufzunehmen, eigene Erfahrungen zu sammeln und sich spielerisch an das Wasser zu gewöhnen.

Was bedeutet das für die körperliche Entwicklung? Muskel- und Bindegewebe werden durch Bewegung und Wasserwiderstand gekräftigt, Fettgewebe wird abgebaut, Ihr Baby wird insgesamt widerstandsfähiger. Wichtig! - Babyschwimmen ist nicht das Erlernen einer Schwimmtechnik!

## Die Bedeutung für Eltern und Babys

... für die Babys:

### 1. Sozialverhalten

- die Babys werden kontaktfreudiger
- sie integrieren sich oft leichter in Gruppen Gleichaltriger

### 2. Persönlichkeit

- die Babys sind weniger ängstlich
- sie können neuartige Situationen besser bewältigen
- sie zeigen oft weniger Angst vor Misserfolg

### 3. Motorik

- medizinisch nachweisbar effektivste Möglichkeit der Entwicklung frühkindlicher Motorik

... für die Eltern

Für die Eltern liegt die Bedeutung des Babyschwimmens hauptsächlich im intensiven, engen Umgang mit dem eigenen Kind. Sie erlernen dabei schnell eine gewisse Routine und bauen dadurch Ängste um ihr Kind ab. Vor allem aber lernen sie besser, die Fähig- und Fertigkeiten ihrer Kinder zu erkennen und einzuschätzen.



## Aufteilung der Kurse

AquaBabys	8 Wochen bis 18 Monate
AquaBambinis	18 Monate bis 3 Jahre
AquaKiddies	3 bis 4 Jahre

## Die Funktion des Schwimmlehrers

- Erste Handgriffe zeigen, erklären, helfen und korrigieren
- Ängstliche Eltern ermutigen
- Eltern zu eigenen Ideen auffordern
- Spiele, die dem Kind gefallen, oft wiederholen
- Eltern anregen, sich wirklich intensiv mit ihrem Kind zu beschäftigen
- Eltern über bestimmte Schutzreflexe und Reaktionen der Babys, besonders in den ersten 6-10 Monaten, zu informieren
- Eltern über den Sinn des Tauchens aufklären
- nach Absprache verschiedene Möglichkeiten des Tauchens mit dem Baby zeigen, erklären und korrigieren
- Eltern zum Selbsttauchen bzw. zum Tauchen mit dem Baby ermutigen
- Eltern über bestimmte pädagogische und soziale Verhaltensweisen informieren

## Wie können Sie Ihr Baby vorbereiten?

- Badetemperatur zu Hause auf 32 Grad Celsius senken
- Babys mit in die große Badewanne nehmen
- Babys dusche und dabei Wasser über den Kopf laufen lassen
- Babys ca. 1 Stunde vor dem Schwimmen nicht mehr füttern

## Hygiene im Aquatic

- Babys mit einem festsitzenden Höschen ausstatten
- vor dem Babyschwimmen nicht eincremen
- Babys brauchen nicht zu duschen.

## Kursverlauf

- Aufenthaltsdauer der jüngeren Babys im Wasser ca. 10 Minuten
- Aufenthaltsdauer der ältere Babys im Wasser ca. 30 Minuten  
grundsätzlich aber nur solange, wie sich das Baby wohlfühl
- Babys nach dem Schwimmen von der Wärmebank aus noch etwas beobachte

## Unsere Übungszeiten

Babyschwimmen mit Kursleiter Otti Beese vom [MTV Goslar](#)

- AquaBabys (8 Wochen bis 18 Monate)  
**Freitags 10:30 Uhr**
- AquaBambinis (18 Monate bis 3 Jahre)  
**Dienstags 15:30 Uhr**
- AquaKiddies (3 bis 4 Jahre)  
**Dienstags 14:30 Uhr**
- AquaKids (Wassergewöhnung 3 bis 6 Jahre)  
**Freitags 14:30 Uhr**

### **Wichtig**

Schwimmen ist nicht auf einen kurzen bestimmten Zeitraum festgelegt, sondern sollte regelmäßig mit gesunden Kindern über Jahre hinaus bis zum eigentlichen Freischwimmer durchgeführt werden.

