



Gleich geht's los...



# Übersicht zum Elternabend

- Das Elterngespräch geht online
- Was ist ein „Online Schwimmkurs“
- Was benötige ich für den Kurs
- Wie kann ich mein Kind bei dem Kurs unterstützen
- Es geht ins Schwimmbad
- Das Ausbilderteam
- IT-technische Unterstützung
- Fragen und Antworten

Jeder Schwimmkurs beginnt mit einem Elterngespräch

- Ablauf – kurzer Einblick Video Schwimmkurs
- Lernziele
- Regelmäßige Teilnahme
- Hygiene und Gesundheit



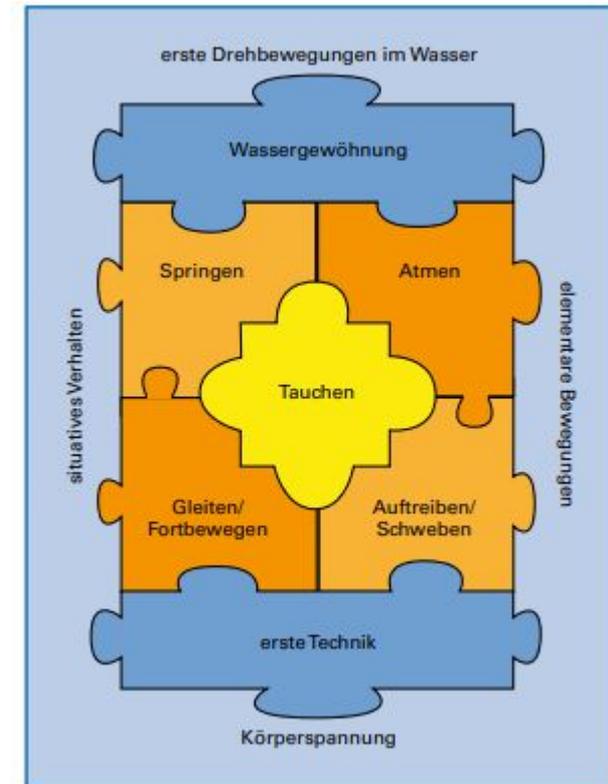
# Was ist ein Online Schwimmkurs

Gezielte Übungen bereiten das Kind auf das unbekannte „Nass“ in drei Online-Einheiten vor

- Wassergewöhnung
- Wasserbewältigung
- Erste Technik (Körperspannung)
- Zusätzlich die Baderegeln

*Tipp für die Eltern!*

*Wenn du mit deinem Kind ins Schwimmbad gehst, haltet euch die Hände im Wasser und spüre den Druck deines Kindes in der Hand. Um so ängstlicher das Kind ist um so größer ist der Druck in der Hand*



# Was ist ein online Schwimmkurs

- Jede Woche wird eine Übungseinheit freigeschaltet
- Wir stellen in der Videositzung die Übungen und die Baderegeln vor
- Diese Übungen können die Woche über in der Wohnung oder zum Teil auch im Garten eigenständig durchgeführt werden

*Bitte an die Eltern!  
Die Übungen mehrmals in der Woche wiederholen.  
Von einmal lernt man nicht!*

## Übungseinheiten



## Lernvideos



## Baderegeln



# Was benötige ich für den Kurs

- Ruhige und ungestörte Umgebung
- gute Laune
- Computer, Notebook oder Tablet
- Disziplin in der Videositzung
- Seepferdchenbeutel mit den Utensilien zum Kurs
- Wenige eigene Materialien

## Materialliste für die Kinder – für die Homepage

Man braucht immer das Baderegeln Memory

### Übungseinheit 1 - Heute brauchen wir

Schwamm

### Übungseinheit 2 - Heute brauchen wir

Schüssel, kleiner Eimer oder Gießkanne für die Übung in der Dusche oder Wanne  
Stuhl oder Hocker

Schwamm trocken

### Übungseinheit 3 - Heute brauchen wir

Große Schüssel mit Wasser gefüllt – Achtung es wird heute nass!  
ein großes Handtuch

Apfel in Stücken

Flipegg

Stuhl oder Hocker

### Übungseinheit 4 - Heute brauchen wir

Große Schüssel mit Wasser gefüllt – Achtung es wird heute nass!  
ein großes Handtuch

Gummibärchen

Die bunten Farbstreifen

# Wie kann ich mein Kind bei dem Kurs unterstützen



- Bitte rechtzeitig in die Videositzung einwählen. Der Zugang ist mindestens 15 Minuten vorher aktiv.
- Achte als Elternteil bitte auf die korrekte Ausführung der Übung.
- Wenn die Übungen wiederholt werden, starte mit der Übung welche das Kind bereits am besten kann. Dies führt zu einem Erfolgserlebnis und motiviert.
- Stärken Sie für den Schwimmbadbesuch die Selbstständigkeit des Kindes in Bezug auf „DUSCHEN“ und „ANZIEHEN“.

# Es geht in das Schwimmbad

- Treffpunkt ist im Eingangsbereich des DLRG Vereinsheimes am Freibad

An allen Übungsabenden erfolgt der **Einlass ausschließlich über den Eingang des DLRG-Vereinsheimes**. Nur über diesen Zugang ist der **Eintritt für Kursteilnehmer kostenlos**. Ein Zugang über den regulären Haupteingang des Freibades ist **nicht kostenfrei möglich**.



- Packliste beachten
- Teilnehmer/in sollt mit abgeschlossener Körperhygiene und Badebekleidung eintreffen

*Bitte an die Eltern!*

*Bitte immer die gleichen Utensilien einpacken (Handtuch, Duschgel, Badeschlappen). Aus Erfahrung bleibt dann weniger im Schwimmbad liegen*

#### Packliste für das Schwimmbad

Pack die Tasche immer zusammen mit deinen Eltern, damit du weißt, was dir gehört.

Die Badekleidung ziehst du schon zu Hause unter deine Anzihsachen!!!

Schmuck und andere Wertgegenstände lässt du besser gleich zu Hause!!!

Duschhandtuch, am besten immer das gleiche, damit du es immer erkennst.

Bademantel oder ein zweites großes Handtuch

Badeschlappen

Zopfgummi, bei langen Haaren

Brillenschachtel für deine Brille

Duschgel

Bürste oder Kamm

Tüte für nasse Badekleidung

Unterwäsche

Pulli

Jogginghose

Socken

Mütze

eventuell ein Neopren-Shorty

# Es geht in das Freibad

Empfehlung (Bezugsmöglichkeit z.B. Amazon für ca. 40 Euro)

## LITTLE SHARK SHORTY WETSUITS



Cressi Little Shark Jr Shorty  
2mm Neoprenanzug für Kinder

Farbe: Schwarz/Lime

Größe: 7/8 Jahre

Stil: Kurzarm



### PRODUCT SIZE CHART

| Size          | Weight (kg) | Weight (lb) | Height (cm)   | Height (in) |
|---------------|-------------|-------------|---------------|-------------|
| 3 - 4 Years   | 13.1 - 20.9 | 29 - 46     | 83.2 - 109.2  | 33 - 43     |
| 5 - 6 Years   | 20.9 - 25.6 | 46 - 57     | 109.2 - 119.4 | 43 - 47     |
| 7 - 8 Years   | 25.6 - 32.2 | 57 - 71     | 119.4 - 134.6 | 47 - 53     |
| 9 - 10 Years  | 32.2 - 38.6 | 71 - 85     | 134.6 - 144.8 | 53 - 57     |
| 11 - 12 Years | 38.6 - 43.5 | 85 - 96     | 144.8 - 149.9 | 57 - 59     |
| 13 - 14 Years | 43.5 - 47.2 | 96 - 104    | 149.9 - 157.5 | 59 - 62     |

Der Shorty muss am Körper eng anliegen, ansonsten hat dieser keine Funktion.

# Vorstellung Ausbilder



Victoria Brill



Heike Gerlach



Philip Kärsten



Jasmin Krell



Paul Kutowsky



Sabine Schade



Katja Schäfer



Carina Schalk



Maren Stein



Christine Triebstein



Jürgen Brill



Matthias Reuter





**HOTLINE**

0178-3355161