



<https://biz.li/42fu>

# BABYSCHWIMMEN: SO WERDEN DIE ERSTEN WASSERKONTAKTE MÖGLICHST STRESSFREI

Veröffentlicht am 21.08.2023

Babyschwimmen erfreut sich bei frischgebackenen Eltern und deren Nachwuchs häufig einer besonderen Beliebtheit. Auf angenehme Weise das Element Wasser nahezubringen ist für viele nicht selbstständig. In Begleitung eines Erziehungsberechtigten verbunden. Und viele Kinder scheinen es auch zu genießen. Damit das Projekt Babyschwimmen und jeder einzeln sinnvoll, einige Tipps zu beachten. Die folgenden Abschnitte zeigen ein wenig Glück die Leidenschaft für das Wasser noch weiter zu fördern.



## Das richtige Equipment

Wer sich unsicher darüber ist, welches Equipment er braucht, um an einem Babyschwimmkurs teilzunehmen, sollte immer direkt beim jeweiligen Anbieter nachfragen. Dieser teilt dann auch mit, ob es gegebenenfalls sinnvoll ist, einen Schwimmring fürs Baby mitzubringen, ob dieser vor Ort ausgeliehen werden kann oder ob auf die zusätzliche Hilfe für die Dauer des Kurses lieber verzichtet werden sollte. In den meisten Fällen gilt, dass es nicht viel braucht, um seinem Kind das Element Wasser ein wenig näherzubringen. Eltern sollten jedoch in jedem Fall daran denken, mindestens eine (besser mehrere) Schwimmwindel(n) einzupacken. Immerhin gilt es, trotz aller Begeisterung für das Wasser und den Spaß an der Bewegung, auf die hygienischen Vorgaben des Schwimmbades zu achten. Abhängig vom jeweiligen Kursthema wird häufig mit weiterem Equipment, wie zum Beispiel Poolnudeln oder ähnlichem, gearbeitet. Diese stehen meist vor Ort zur Verfügung.

## Ausreichend Zeit einplanen

Einfach Schwimmflasche packen, ins Auto laden und losfahren! Was früher noch vergleichsweise einfach war, kann sich mit kleinem Baby zu einer Herausforderung entwickeln. Vor allem im Rahmen der ersten Kursbesuche bietet es sich an, gegebenenfalls nicht allein zum Babyschwimmkurs zu kommen. Auf diese Weise lassen sich die Abläufe häufig etwas entzerren. Während ein Elternteil sich mit dem Kind beschäftigt, ist es die Aufgabe des anderen Elternteils, die Tasche zu packen und zu kontrollieren, ob auch wirklich an alles gedacht wurde. Grundsätzlich ist es sinnvoll, für die Vorbereitung auf das Babyschwimmen etwas mehr Zeit einzuplanen. Wer möchte schon gehetzt und verschwitzt im Schwimmbad ankommen, wenn es stattdessen möglich ist, sich ganz entspannt auf die anstehende Stunde vorzubereiten? Im Laufe der Zeit spielen sich die Abläufe häufig ein.

## Auf das Bauchgefühl hören

Auch, wenn Babyschwimmkurse selbstverständlich von einem Experten geleitet werden, bedeutet dies nicht, dass die Abläufe, die hier stattfinden, standardisiert sein müssen. Eltern, die beispielsweise bemerken, dass sich ihr Kind unwohl fühlt, wenn es kurz mit dem Kopf untergetaucht wird, sollten diese Übung auslassen. Wer sein Baby kennt, weiß, was dem Baby und seiner Entwicklung guttut. Die meisten Kursleiter zeigen sich in diesem Zusammenhang sehr verständnisvoll und weisen im Rahmen der Kurse mehrmals darauf hin, wie wichtig es ist, auf die individuellen Bedürfnisse des Nachwuchses Rücksicht zu nehmen. Hieraus erklärt sich auch, weshalb in vielen Kursen mittlerweile auch eine teilweise freie Gestaltung eine wichtige Rolle spielt. Das bedeutet: Die entsprechenden Angebote bestehen nicht nur aus einem Standardprogramm, sondern bieten auch ausreichend Raum dafür, eigene Übungen zu integrieren und sich mit anderen, ebenso wie zum Beispiel auch im Mütterzentrum, auszutauschen.

## Fazit

Sicherlich wäre es ein wenig übertrieben, zu behaupten, dass alle Kinder, die an einem Babyschwimmkurs teilgenommen haben, später schneller schwimmen lernen. Genau das ist wiederum von anderen Faktoren abhängig. Fest steht jedoch, dass Kinder durchaus davon profitieren können, wenn sie vergleichsweise früh in Kontakt mit Wasser kommen. Vor allem dann, wenn sich eine Vertrauensperson in Ihrer Nähe befindet, haben sie es häufig leichter, dieses besondere Element von Anfang an zu genießen. Wichtig ist es in diesem Zusammenhang, dafür zu sorgen, dass der Nachwuchs keine negativen Erfahrungen im Schwimmbad macht. Diese könnten ansonsten dafür sorgen, dass sich eine Art Angstgefühl breit macht. Wer schafft, dies zu verhindern, zeigt seinem Baby jedes Mal aufs Neue, wieviel Spaß die Bewegung im Wasser machen kann