

## Aqua- Baby & Family Kurse

*Ihr Kind profitiert von der frühen sozialen Interaktion, dem körperlichen Kontakt und den uneingeschränkten Bewegungsmöglichkeiten im Wasser. Pädagogisches Ziel dieser Kurse ist es, die Eltern-Kind-Beziehung zu intensivieren, gemeinsame Bewegungsfreude und Vertrautheit mit dem Wasser zu entwickeln und Neugier sowie Lernbereitschaft für die Umwelt und die Gruppe zu vermitteln, um dem Kind die besten Startbedingungen für seine harmonische Entwicklung zu geben.*

Zitat: Dr. Lilli Ahrendt, promovierte Sportwissenschaftlerin und Diplomsportlehrerin

### Kursbeschreibung

Aqua-baby-Kurse werden im ca. 32°C bis 34°C warmen Wasser von ausgebildeten Kursleitenden aqua-baby von swimsports durchgeführt. Die aqua-baby-Kurse richten sich an Säuglinge und im Alter von 4 bis 24 Monaten zusammen mit einer Bezugsperson. In einer Gruppe nehmen ungefähr acht bis zehn Eltern-Kind-Paare am Unterricht teil. Eine Kurseinheit besteht in der Regel aus acht bis zehn Lektionen. Eine Lektion dauert 30 Minuten. Dies gilt auch für die aqua-Family-Kurse von den Kleinkindern alter 2-4 Jahren.

### Ziele der Wassergewöhnungskurse

- Das Vertrauen des Kindes zum Wasser fördern, keine Angst vom Wasser haben oder dass Wasserspritzer ins Gesicht kommt.
- Spass und Freude an der Vielfältigkeit der Bewegungsfreiheit in Wasser haben.
- Das Wasser als Spielelement zusammen mit anderen Kindern geniessen.
- Sicherheit im Halten und Unterstützen Ihres Kindes im Wasser.
- Die ungeteilte Achtsamkeit und Nähe zum Kind verbindet.

### Positive Auswirkung

- Die körperliche Entwicklung des Kindes wird durch enorme Bewegungsfähigkeit im Wasser gefördert. Durch die neuen Bewegungsfähigkeiten im Wasser werden weitere motorische Folgebewegungen (wie krabbeln, kriechen, laufen) erleichtert.
- Durch den intensiven Körperkontakt beeinflusst die sanfte Wassergewöhnung die Mutter-/Vater und Kind-Beziehung positiv, was sich gut auf die psychische Entwicklung des Kindes auswirkt

### Allgemeine Infos

#### Mitbringen

- Aquawindeln oder Wegwerfbadewindeln
- Bademantel oder grosses Frotteetuch
- Warmes Getränk und Snack (falls nicht gestillt wird)

#### Was ist beim Baden zu beachten

- Cremen sie ihr Kind nicht ein da es sonst im Wasser sehr rutschig ist. Ziehen sie ihr Kind und ihnen schmuck wie Halsketten ab, da es leichte Verletzungen gibt.
- Achten Sie darauf, dass sie nicht zu früh ins Bad kommen (nicht früher als 10 Minuten vor dem Unterricht), denn in der warmen Halle gehen dem Kind die Poren auf. Die Folge ist der Wärmeverlust und das Wasser erscheint kalt.

- Ziehen Sie in der Garderobe immer zuerst das Kind aus, dann erst sich selber, da Babys leicht einen Hitzestau bekommen.
- Halten Sie ihr Kind so, dass die Schultern des Kindes immer im warmen Wasser sind, da es schneller zu frieren beginnt, wenn es zu lange der kälteren Luft ausgesetzt wird.

### **Nuggikinder**

- Manchmal hilft der Nuggi zur Regulierung beim Ankommen in einer neuen Umgebung und bei Aufregung. Deshalb kann er zum Kurs mitgebracht werden.

### **Fotos/Videos**

- Im HB Eschen gilt ein striktes Handy verbot das heisst es dürfen keine Fotos und Videos gemacht werden. Wenn sie doch ein Erinnerung Bild wollen, bitte wendet sie sich an die Kursleiterin.
- Es muss zu gewährleisten sein, dass keine weiteren Kinder und erwachende oder Kursleiterinnen darauf sind aus Datenschutz Bestimmungen.

### **Die Teilnahme ist untersagt bei Säuglingen und Begleitpersonen:**

- Infektionskrankheiten wie Magen-Darm- oder Harnwegsinfektionen
- Bindehaut- oder Mittelohrentzündungen
- Grippe
- Erkältungskrankheiten, Bronchitis oder Lungenentzündungen
- Varizellen oder anderen infektiösen Hauterkrankungen
- Nach Impfungen (zwischen einer Impfung und einer Kursstunde müssen mind. 48h liegen)

### **Abmelden**

- Bitte melden sie sich per E-Mail ab, wenn Sie nicht Kurs teilnehmen können.
- Wenn sie ihr Kind zu Kurs nicht begleiten können, darf es auch von einer anderen Bezugsperson begleitet werden, wie zB. von Gotti, Götti oder auch ein Grosselternteil

### **Elki Kurse**

- Es ist eine grosse Aufgabe, den Kindern das Schwimmen beizubringen - und Das Elki ist ein Erster Schritt - gemeinsam schaffen wir es
- Alle Übungen in meinen Kursen sind freiwillig und die Kinder sollen zu nichts gezwungen werden. Vermitteln Sie Ihre Freude am Wasser und motivieren Sie Ihr Kind, bei allen Übungen mitzumachen.
- Seit Vorbilder gegenüber euren Kindern im Kurs. "Wau - Du macht das auch!"
- Die Kinder lernen nun immer selbständiger - in Begleitung eines Erwachsenen natürlich - sich im Wasser zu bewegen und sich sicher und wohlfühlen. Sie bekommen dadurch Bestätigung ihrer eigenen Möglichkeiten und ihr Selbstvertrauen wird gestärkt.
- Die Verantwortung für die Teilnahme am Schwimmkurs liegt immer bei den Bezugspersonen.
- Schwimmen können ist eine Freude, die das ganze Leben lang hält - und das Eltern-Kind-Schwimmen ist ein guter Anfang dies zu lernen.