**Zeitschrift:** Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
**Herausgeber:** Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
**Band:** 10 (2008)
**Heft:** 3

**Artikel:** Grundlagen früh setzen
**Autor:** Steffen, Helene
**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-991607

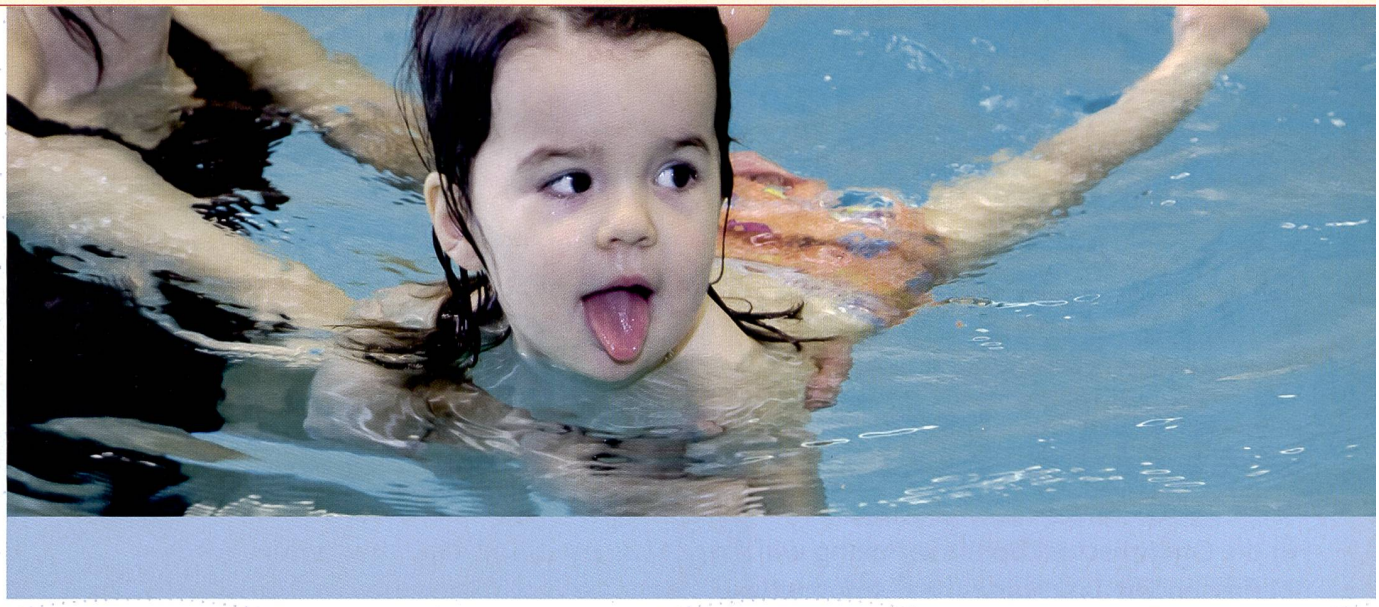
**Nutzungsbedingungen**
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 31.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**



# Grundlagen früh setzen

Wenige Anblicke, die jenen übertreffen, einem Baby oder Kleinkind zuzuschauen, wenn es sich im Wasser austoben kann. Ein Erlebnisbericht aus einem Wassergewöhnungskurs.

*Text: Helene Steffen, Foto: Francesco Di Potenza*

▶ Die knapp zweijährige Bigna ist eine richtige Wasserratte. Mit Begeisterung rollt sie sich über eine auf dem Wasser liegende Matte, krabbelt durch ein Mattentunnel, spritzt wild und planscht vergnügt, springt hemmungslos vom Beckenrand ins Wasser und taucht dabei unter. Um wieder an den Beckenrand zu gelangen, unterstützt sie dabei ihr Vater, indem er ihr seinen Arm als Halt anbietet. Bigna hat noch nicht genug: nochmals rein ins schwerelose Nass, lebhaftes Strampeln mit den Beinen, rauf an die Wasseroberfläche, lachen und prusten und zurück an Papas Arm zum Beckenrand.

## Ausserordentliche Erfahrungswelt

Seit Bigna vier Monate jung ist, besucht sie mit ihren Eltern Babybadekurse. Anfänglich war Bigna noch nicht so aktiv. Mit 4 Monaten genoss sie vor allem die Körpernähe zu ihrem Papa und ihrer Mama im warmen Element. Getragen werden vom Wasser, diese plötzliche fast uneingeschränkte Bewegungsfreiheit und beim Gleiten durchs Wasser das vorbeiströmende Wasser auf der Haut zu spüren, all diese angenehmen Sinneseindrücke haben Bignas Wasser-Erfahrungswelt schon von klein auf geprägt. Mit diesen freudvollen Wassererlebnissen legen Bignas Eltern für ihre Tochter die Basis zum späteren Schwimmenlernen, denn fruchtbares Lernen wächst aus positiven Erfahrungen.

## Nicht nach Fahrplan

Das eigentliche Schwimmenlernen ist noch nicht Ziel des Babybadekurses. Der Begriff Babyschwimmen, der sich in unserer Gesellschaft leider fast unausrottbar festgekrallt hat, ist daher fehl am Platz. Bigna macht aber bereits Erfahrungen mit schwimmtechnischen Elementen wie Gleiten, Schweben, Antreiben und Atmen. Natürlich sind diese Bewegungsanregungen und Spielangebote immer abgestimmt auf Bignas fortschreitende motorische und geistige Entwicklung. Kinder entwickeln sich nicht fahrplanmässig. Daher ist es für die Kursleiterin besonders wichtig, das Kind dort abzuholen, wo es steht, auf seine individuellen Bedürfnisse einzugehen und ängstliche Eltern zu ermutigen und zu ehrgeizige zu bremsen.

## Langsames Heranführen

Spielerisch gewinnt Bigna Vertrauen in die physikalischen Eigenschaften des Wassers, spürt seinen Auftrieb und erfährt seinen Widerstand. Im Wasser kann Bigna ihren natürlichen Bewegungsdrang so richtig ausleben. Eine soeben geschaffte Bewegungsaufgabe, wie zum Beispiel über ein wackliges Floss laufen und von da ins Wasser springen, macht Mut und weckt Neugierde auf Neues. Bigna stärkt so ihr Selbstvertrauen und ihre motorischen Kompetenzen. Nicht nur im Hinblick auf die späteren Schwimmkurse, sondern auch für ihre persönliche Entwicklung. Babybaden ist Grundlage für das spätere Schwimmenlernen, doch es ist noch viel mehr: Mit Babybaden wird nicht nur die motorische und geistige Entwicklung des Kindes unterstützt, sondern auch die Eltern-Kind-Beziehung intensiviert. Babybaden hat auch viele positive Auswirkungen auf die körperliche Entwicklung. So werden zum Beispiel die Muskeln gekräftigt und das Herz-Kreislauf-System aktiviert. Fazit: Babybaden mit Spiel und Spass gehört einfach in ein Babyleben, sei es, dass die Eltern diese innige Zeit im Wasser mit ihrem Sprössling geniessen wollen oder dass die Eltern ihrem Kind eine fruchtbare Grundlage fürs spätere Schwimmenlernen ermöglichen wollen.

## Unverzichtbares Erlebnis

Gestärkt mit vielen positiven Wassererlebnissen ist Bigna nun schon bald bereit für die nachfolgenden Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse. Bigna allerdings schert sich nicht um diese Erläuterungen. Wasser macht doch einfach bloss Spass! Und mit kräftigen Strampelbewegungen gleitet sie am Arm ihres Vaters auf ein auf dem Wasser schwimmendes Bälleli zu, ergreift es, klettert damit an Land, wirft es rein und schwups springt sie nach. Heute bestimmt schon zum siebten Mal. //

› *Helene Steffen ist Verantwortliche für die Ausbildung aqua-baby.ch von swimsports.ch.*
*Kontakt: helen.steffen@gmx.ch, www.aqua-baby.ch*