**Wassergehemmte und –ängstliche Kinder – Einige Gedanken**

Oft wird der Angstfaktor beim Schwimmen lernen heruntergespielt. Aber es gibt die

wassergehemmten Kinder in jeder Klassen. Schnell findet man sie heraus, weil sie entweder gar nicht oder nur mit den Füßen ins Wasser gehen oder auf den Treppen

sitzen bleiben. Die Gründe liegen z. B. in der Angst vor Misserfolg, ... vor der Tiefe,

... vor der Weite des Wassers, ... vor dem Wasserschlucken, ...

**Einige Verhaltensregeln:**

* möglichst früh mit dem Schwimmunterricht beginnen (Hinweis an die Eltern: bzgl. Unterstützung)
* den Spielort Beckenumgang mit stehenden und mit Wasser gefüllten großen Wannen erweitern
* das Kind sollte Vertrauen zu Ihnen aufbauen, das bedeutet sie müssten häufig mit im Wasser sein (nie das Vertrauen missbrauchen und z. B. zugesagte Unterstützung wegziehen)
* vielfältige offene Situationen schaffen, nicht einzelne Kinder vormachen lassen
* Übungen mit freien Aufgaben stellen und eigene Bewegungen zulassen. Das Kind soll mit seinen augenblicklich motorischen Möglichkeiten der Situation angepassten Lösungen finden (Hundekraul)
* Kinder nicht in schwierige Wasserlage durch aktive Unterstützung bringen z. B. Rückenlage
* Anbieten von sinnvollen Hilfsmitteln – Schwimmflossen, Bretter, Noodlen, Pullbuoys, ... und das Kind entscheiden lassen über den Zeitpunkt des Abbaus.
* auch einmal ins nicht – stehtiefe Wasser gehen, um vorzubeugen, dass sie auf der Stelle stehen bleiben
* Geduld, Zeit, Vertrauen, positive Bestärkung, gut Zureden und Ruhe

Bohnenkamp, H. (2002). Erlebniswelt Wasser. Skript zur Fortbildung der Bezirksregierung Köln