

Schwimmschule Adliswil – MERKBLATT für Trainingsgruppen

Fortsetzung nach den Grundlagen-Tests

Wenn ein Kind alle Grundlagentests (1 bis 7, Krebs bis Eisbär) bestanden hat, aber weiterhin am Schwimmunterricht interessiert ist, bieten wir Trainingsgruppen an. Dort werden die Ausdauer gefördert (längere Distanzen schwimmen), die vier Schwimmstile (Crawl, Rückencrawl, Brust und Delfin) vertieft und verbessert sowie sämtliche dazu gehörenden Starts und Wenden erarbeitet.

Da unsere Kursperioden mit sieben Lektionen ziemlich kurz sind, ist es für die Kinder in diesem jungen Alter gar nicht möglich ist, in dieser Zeit die Erfordernisse richtig zu erfüllen. Die Testanforderungen sind für Kinder der Mittel- und Oberstufe gerechnet.

Ein Kind besucht also eine Trainingsgruppe, ohne den Anspruch auf ein Testabzeichen am Schluss eines Kurses. Die Kursleiter erarbeiten die Grundlagen für weitere Tests und werden diese abnehmen, wenn die Kinder dafür bereit sind. Nach bestem Wissen werden die Kinder nach den bereits gemachten Testlis eingeteilt.

Mögliche Testabzeichen

1	Wal	7	Kombi 2
2	Wasserspringen 1	8	Hai
3	Kombi1	9	Wasserspringen 2
4	Retten 1	10	Kombi 3
5	Hecht	11	Retten 3 (eventuell)
6	Retten 2		

Ziele

Viel wichtiger als die Testabzeichen scheint uns, dass die Kinder schon im Vorschulalter oder mit Schulbeginn sicher schwimmen können und dies dem Alter entsprechend trainieren können. Auch als Vorbereitung für den eventuellen Einstieg in den Schwimmsport (Schwimmen, Synchronschwimmen, Wasserball).

(2008)