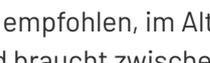
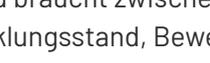


# Schwimmen – swimsports.ch: Grundlagentests – Organisationshinweise

Die Serie der sieben GLT kann innerhalb von drei bis 4 Jahren Jahren absolviert werden. Ein Kind, welches mit 4 Jahren mit dem Schwimmunterricht beginnt, an diesem regelmässig teilnimmt und eine durchschnittliche Lerngeschwindigkeit aufweist, hat die sieben GLT im Alter von ca. 7 Jahren abgeschlossen.

Grundlagen 1	Krebs (4- bis 5-jährig)
Übung	
Taucherli	
Handarmen Schweben	
Streckli Schweben	
Sprachlibad	
Handarmen Schweben	
Streckli Schweben	
Flusszug*	
Handarmen Schweben	
Streckli Schweben	

Es wird empfohlen, im Alter von ca. 4 bis 5 Jahren mit dem Kinderschwimmen auf der Basis der GLT zu beginnen. Ein Kind braucht zwischen 10 und 16 Lektionen (oder mehr) um ein Niveau zu absolvieren, dies variiert nach Alter, Entwicklungsstand, Bewegungserfahrung und Lernfähigkeit.

Für Kinder von 4 bis 6 Jahren empfehlen wir eine Lektionsdauer von ca. 30 Minuten, danach eine solche von ca. 45 Minuten.

## Übungen beherrschen, Abzeichen abgeben

Erst wenn das Kind ein Element/eine Übung sicher beherrscht, kann diese auf dem Kontrollblatt abgehakt werden. Es wird nicht verlangt, einen Test auf die Art durchzuführen, dass alle Übungen in einem zusammenhängenden Durchlauf geprüft werden. Hingegen ist es sehr wichtig, dass jede Übung der einzelnen Tests beherrscht werden, bevor dem Kind das Testabzeichen abgegeben wird.

Die **Motivationsabzeichen** sind dazu da, bei nicht Bestehen einer Stufe, ein Kind zu ermuntern, wieder zu kommen und weitere Fortschritte zu erzielen.

In jedem Test sind 1 bis 2 Übungen mit einem Stern (\*) markiert. Damit sind die Übungen gekennzeichnet, bei welchen unter keinen Umständen Kompromisse bei der Testabnahme eingegangen werden dürfen. Die beschriebenen Anforderungen sind Minimalanforderungen und sollten daher nicht unterschritten werden.

### Allgemeine Hinweise

- Ein Schwimmkurs kann aus wöchentlich stattfindenden Lektionen bestehen, oder auch als Wochenkurs (Ferien) angeboten werden.

- Die Testübungen sollen ohne Hilfsmittel und ohne Hilfestellung absolviert werden, d.h. keine Auftriebsmittel etc. Selbstverständlich sind im Aufbau Spielsachen und Hilfsmittel erlaubt.
- Um eine gute Wassergewöhnung zu ermöglichen sollen die Übungen auch ohne Schwimmbrille absolviert werden. Mit Schwimmbrille darf nicht getaucht werden (Schädigung der Augen!).
- Oberste Priorität im Schwimmunterricht hat die Sicherheit. Die Gruppengrösse muss dem Niveau der Kinder und den Badverhältnissen angepasst werden.
- Schwimmunterricht soll intensiv, freudvoll, niveaugerecht und spielerisch sein. Wartesaal-Situationen vermeiden. Üben, üben und nochmals üben ist die Devise. Wenn dieses Üben in Geschichten und Spiele eingepackt wird, kann es den Kindern auch nie langweilig werden.
- Ins Wasser springen ist bei den Kindern sehr beliebt und soll auch ermöglicht und gefördert werden. Da dies aber nicht in jedem Bad gleichermaßen möglich ist, finden sich auch keine gestreckten Sprünge in den GLT.
- Eltern brauchen Informationen um zu verstehen, wie der heutige Schwimmunterricht aufgebaut ist und was dessen Ziele sind, denn sie selbst haben noch ganz anders schwimmen gelernt.

---

Quelle: [swimsports.ch](http://swimsports.ch)



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**