



Alle Kinderschwimmkurse im Kiliansbad, beginnend ab 9.10.2007, sind ausgebucht. Anmeldungen für die Frühjahrskurse 2008 (08.01.-11.03.) sind **ab dem 12. Dez. 2007** bei [Bärbel und Heinz Kube](#) möglich. Telefon 0 52 51 / 7 14 14 (werktags 15.00 - 20.00 Uhr).

Hier die Kurzeiten der Schwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren (immer dienstags):

- **Anfängerkurs** 15.30 - 16.15 Uhr
- **Seepferdchenkurs** 16.15 - 17.00 Uhr
- **Seepferdchenkurs** 17.00 - 17.45 Uhr
- **Bronzekurs** 17.45 - 18.30 Uhr

Der 1. Paderborner Schwimmverein bietet weit mehr als nur Anfängerschwimmkurse.

Weitere Infos erhalten Sie persönlich direkt vor Ort oder unter:

<http://www.paderborner-sv.de>



Unsere Geschäftsstelle ist dienstags von 8.00 - 10.00 Uhr und donnerstags von 17.00 - 20.30 Uhr (außer in den Sommerferien) für Sie geöffnet.

Anschrift:
Geschäftsstelle 1. PSV
Sportzentrum Maspornplatz
Schützenweg 1b
33102 Paderborn
Leiterin: Monika Lübbers
Tel. 0 52 51 / 30 09 57
Fax 0 52 51 / 68 70 25
e-mail: info@paderborner-sv.de

Mit freundlicher Empfehlung



Kinderschwimmkurse im Kiliansbad



Fast jedes dritte Kind in Deutschland kann nicht schwimmen.

Wir leisten dazu unseren Beitrag, dies zu ändern und bieten Kinder-Schwimmkurse für Vereinsmitglieder und Jedermann ab 5 Jahren an.

Der Schwimmunterricht für Anfänger kennt wie eh und je ein Hauptziel: die **Schwimmfähigkeit** zu vermitteln. Trotz dieser Zielsetzung bleibt jedoch auch er nicht von der zunehmenden Vielgestaltigkeit individueller und gesellschaftlicher Zielvorstellungen unseres Lebens unberührt. Insbesondere dann, wenn er sich an Kinder und Jugendliche richtet. So stellen sich aus pädagogischer Sicht weitere Forderungen an den Weg des Schwimmenlernens als nur das rasche Schwimmenkönnen.

Durch überschaubare Gruppengrößen können die Übungsleiter/Innen auf jedes einzelne Kind eingehen und es gezielt an das Medium Wasser heranführen. Ständiger Wechsel zwischen Spiel- und Spaßelementen sowie der Bewegungsübung in 30° C warmes Wasser sorgt dafür, dass die Kinder spielerisch lernen und in ihrer Aufnahmefähigkeit nicht überfordert werden.



Anfängerkurs

Im Vordergrund stehen das Wasser-Vertraut-Werden und die Vorbereitung auf das Erlernen der Schwimmtechniken. Elemente des Unterrichts sind Gehen, Laufen, Springen, Hocken, Liegen und Tauchen im Wasser. Die Vermittlung dieser Fähigkeiten der **Wassergewöhnung** erfolgt aktiv und unbewusst überwiegend in spielerischer Form.



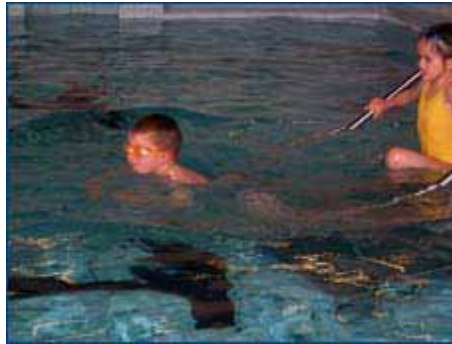
Neben der Vertiefung dieser Kenntnisse werden Elemente der **Wasserbewältigung** wie das richtige Gleiten, Tauchen und Atmen den Kindern aktiv und bewusst vermittelt. Entsprechend der Fähigkeiten der Kinder wird der Hubboden des Kiliansbades angepasst.

Erst nach Abschluss der Wassergewöhnung und Wasserbewältigung ist das Erlernen der Schwimmtechniken sinnvoll.

Seepferdchenkurs



Ziel des Kurses ist das Erlernen von Schwimmtechniken (Arm- und Beinschlag, Körperposition, Wasserlage, Kontrolle der Atmung im Wasser). Hier werden die Bewegungselemente des Anfängerkurses miteinander verknüpft zu einer effizienten Gesamtbewegung.



Viele legen dabei ihre erste Schwimmprüfung ab und erhalten von uns das Seepferdchen-Abzeichen für:

- Sprung vom Beckenrand
- 25 m Schwimmen
- Herausholen eines Gegenstandes mit den Händen aus schultertiefem Wasser

Bronzekurs



Aufbauend auf den Seepferdchenkurs können hier Kinder, die zwar schon schwimmen können, aber im tiefen Wasser noch nicht ganz sicher sind, ihre Schwimmtechnik, Koordination, Atmung und Gesamtbewegung verbessern.

Ziel ist der Erwerb des Jugendschwimmabzeichens in Bronze.

- Startsprung
- 200 m Schwimmen in höchstens 15 Minuten
- einmal ca. 2 m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Herausholen eines Gegenstandes
- Kenntnis der Baderegeln.

Leistungsstarken Kindern kann je nach Kursstärke das Jugendschwimmabzeichen in Silber abgenommen werden, bestehend aus:

- 400 m Schwimmen in höchstens 25 Minuten (in Bauch- und Rückenlage),
- zweimal ca. 2 m Tieftauchen mit Herausholen eines Gegenstandes
- 10 m Streckentauchen,
- Sprung aus 3 m Höhe
- Kenntnis von Baderegeln und Selbstrettung