Kreiswasserwacht Nürnberg-Stadt	**Ausbildung Bereich Schwimmen** **Stufenkonzept Schwimmkursangebot** **Stand Juni 2025**	Wasserwacht Mit Sicherheit am Wasser.

Kursangebot	**Eltern- Kind Wassergewöhnung**	**Eltern- Kind Anfängerschwimmkurs**	**Schwimmkurs für Anfänger**	**Intensivschwimmkurs**	**Schwimmkurs für Fortgeschrittene**
Zielgruppe	Kinder ab 4 Jahre gemeinsam mit Elternteil oder anderer Vertrauensperson	Kinder von 5- 6 Jahren gemeinsam mit Elternteil oder anderer Vertrauensperson	Kinder ab 7 Jahren alleine im Kurs selbstständig und aufmerksam genug für Gruppentraining	Kinder mit Seepferdchen-Abzeichen, die mehr Sicherheit und Ausdauer entwickeln sollen selbstständig und aufmerksam genug für Gruppentraining	Kinder, die gezielt für das Deutsche Schwimmabzeichen trainieren möchten
Inhalte	• Wasservertrauen aufbauen • Spielerische Wassergewöhnung mit Elternhilfe • Sicheres Verhalten im Wasser • Kennenlernen der Wassereigenschaften • Tauchen mit Gesicht ins Wasser, Blubbern • Schweben und Gleiten mit Hilfestellung • Springen im Wasser • Vorbereitung auf erste Schwimmbewegungen	• Wiederholung der Wassergewöhnung • Erlernen der Baderegeln • Einführung in Brustschwimmtechnik • Atmen im Wasser üben: Kopf ins Wasser, Ausatmen, blubbern • Erste Strecken alleine mit oder ohne Hilfsmittel	• Brustschwimmen technisch korrekt (mind. 25 m) • Sprung vom Beckenrand • Heraufholen eines Gegenstands aus schultertiefem Wasser • Selbstrettung & Baderegeln	• 100 m Brustschwimmen • 5 m Streckentauchen mit Heraufholen eines Rings • Sprung aus größerer Höhe (z. B. Startblock, 1 m-Brett) • Verbesserung von Technik, Atmung und Wasserlage • Selbstrettungsfähigkeiten stärken	Je nach Kurs / Inhalte für die Abzeichen: - DSA Bronze - DSA Silber - DSA Gold

Kreiswasserwacht Nürnberg-Stadt	**Ausbildung Bereich Schwimmen** **Stufenkonzept Schwimmkursangebot** **Stand Juni 2025**	Wasserwacht Mit Sicherheit am Wasser.

Lernziel	Kind fühlt sich sicher und bewegt sich frei im Wasser	Kind schwimmt kurze Strecken mit Unterstützung und ist bereit für Schwimmkurs ohne Eltern	Erwerb des Seepferdchens	Seeräuber-Abzeichen + sichere Schwimmfähigkeit	Sicheres, dauerhaftes Schwimmen im tiefen Wasser
Methodik/ Besonder-heiten	• Viel Körperkontakt mit Eltern zur Sicherheit • Übungen mit Spielmaterialien (Bälle, Bretter, Reifen) • Strukturierte Wassergewöhnung mit klaren Fortschritten	• Eltern übernehmen gezielte Hilfestellung (z. B. führen, halten) • Trainer zeigt Technik, Eltern helfen bei Umsetzung • Schrittweise Förderung der Selbstständigkeit	• Trainergeleitete Gruppen ohne Eltern im Wasser • Korrektur von Technikfehlern • Positive Verstärkung & individuelle Motivation	• Techniktraining mit höherem Anspruch • Fokus auf Ausdauer, Sicherheit & Schwimmstil • Motivation durch spielerische Elemente und Abzeichen	• Technik- und Ausdauertraining • Schwimmstilkorrektur (Brust, Rücken, Kraul) • Einführung in das sportliche Schwimmen • Tauchtraining
Abzeichen	Keines	Keines	Seepferdchen-Abzeichen	Seeräuber-Abzeichen	Deutsches Schwimmabzeichen Bronze, Silber oder Gold