

# «Die Kinder haben enorme Fortschritte gemacht»

**WASSER-SICHERHEITS-CHECK** Ertrinken nach einem Sturz ins Wasser ist der häufigste Unfallhergang bei Kindern bis 9 Jahre. Um ihre Sicherheit in tiefem Wasser zu verbessern, haben swimsports.ch und bfu den Wasser-Sicherheits-Check WSC nach kanadischem Vorbild für die Schweiz adaptiert und erfolgreich eingeführt.

Fröhliche Kinderstimmen durchdringen das Schwimmbad des Schulhauses Kleinfeld in Lengnau bei Biel. Die vierte Primarklasse wird heute den WSC-Test absolvieren. Entsprechend aufgereggt sind die Kinder. Schwimmsportlehrerin Ursula Wyss erklärt nochmals das Prozedere: «Zuerst macht ihr eine Rolle ins Wasser. Dann müsst ihr eine Minute an Ort Wasser treten, mit einer Hand winken und Fragen beantworten. Danach schwimmt ihr drei Beckenlängen. Und das Ganze, ohne ein einziges Mal auf den Boden zu stehen!» Danach teilt sie die 16 Schülerinnen und Schüler in vier Gruppen ein. Immer vier absolvieren den Test, die anderen spielen Wasserball unter Aufsicht ihrer Lehrerin, Pia Travaglini Sutter.

Mit einer Rolle vorwärts ins Wasser beginnt der Test. Damit wird ein Sturz ins Wasser simuliert. «Paddeln, paddeln und einen Arm in die Höhe strecken», ruft Ursula Wyss den zwei Prüfungskandidaten zu. «Welche Farbe hat die Stoppuhr? Welche Zeit zeigt die Uhr an der Wand? Welche Farbe hat mein Schwimmzug?», unablässig stellt sie den angestrengt strampelnden David und Gian-Luca Fragen. Gleichzeitig dirigiert sie diese langsam um die eigene Achse. «Drei, zwei eins, nun müsst ihr noch drei Längen schwimmen», erleichtert plantschen die zwei nach 60 Sekunden Wasser treten davon. David in einer Mischung zwischen Hundeschwimm und Brustschwimmen und Gian-Luca mit einer speziellen Rückenschwimm-Technik.

## Ausdauer ist gefragt

«Benutzt auch die Arme», ermahnt Ursula Wyss, während sie neben den zwei Schwimmern hergeht und gleichzeitig vorzeigt, wie sie es meint. Auf den letzten Metern der dritten Bahnlänge werden sie von ihren Gspänli angefeuert: «Hopp David, hopp Gian-Luca, ihr schafft das.» Dann treffen sie im Abstand von einigen Metern schwer atmend am Ziel ein und klettern aus dem Wasser. «Es war mega streng», meint Gian-Luca und David nickt zustimmend. Nun folgt das Debriefing. Ursula Wyss befragt die zwei Aufpasser, ob Gian-Luca und David bei der Wasser-tret-Übung mit den Füßen den Boden berührt hätten, was diese verneinen. Dann macht sie das letzte Häkchen auf der Liste auf ihrem Klemmbrett und erklärt den beiden, dass sie bestanden hätten. Die Jungs sind erleichtert und freuen sich. Fröhlich rufen sie die nächste Gruppe zum Test auf.

## Eine zweite Chance

Ursula Wyss hat die einzelnen Elemente der Übungen in den letzten Monaten in den Schwimmunterricht integriert. Parallel dazu wurden in der Schule fächerübergreifend die Baderegeln thematisiert. Beim Test führen die Kinder nun zum ersten Mal alle Elemente zusammenhängend aus. Nach einer Stunde haben alle den Test absolviert und die Klasse versammelt sich erwartungsvoll am Beckenrand. «Als wir die einzelnen



Jasmin und Lara starten mit einer Rolle rückwärts.



Eine anspruchsvolle Übung für **Gian-Luca** und **David**: während 60 Sekunden Wasser treten, einen Arm nach oben strecken und dabei die Fragen der Schwimmlehrerin beantworten.

Übungen gemacht haben, hat immer alles perfekt geklappt. Beim heutigen Test hat es bei einigen bei der Koordination noch etwas gehapert. Deshalb erhalten Dominique, Shanice, Pravinth, Michel und Sunay eine zweite Chance. In 14 Tagen könnt ihr den Test wiederholen. Auch die Ausweise verteile ich erst, wenn alle den Test bestanden haben», erklärt die Schwimmsportlehrerin. Erleichtertes und enttäuschtes Gemurmel ist zu hören. Dann schickt sie die Kinder zurück zum Wasserballspielen.

#### Ausweis als Ansporn

Seit Januar 2009 hat Ursula Wyss den WSC-Test in Lengnau bereits mit acht Unterstufen-Klassen durchgeführt. Rund 150 Schülerinnen und Schüler konnten den Ausweis stolz nach Hause tragen. Sie ist überzeugt, dass diese Elemente den Kindern mehr Sicherheit im Wasser vermitteln: «Die Kinder haben enorme Fortschritte gemacht. Schon nur ins Wasser zu gehen und unterzutau-chen hat anfangs viele grosse Überwindung gekostet. Das hat sich geändert – aber bei der Technik gibt es noch einiges zu verbessern. Der Ausweis als Ziel vor Augen ist für die Lernenden ein grosser Ansporn.»

Beatrice Suter

#### Tiefwasser-Sicherheit für Kinder

Viele Ertrinkungsfälle geschehen durch unbeabsichtigtes Stürzen in tiefes Wasser, oft in der Nähe des rettenden Ufers. Mit dem Wasser-Sicherheits-Check (WSC) werden wichtige Elemente vermittelt, damit sich ein Kind nach einem Sturz ins Wasser selber ans Ufer retten kann. Im normalen Schwimmunterricht werden Wassergewöhnung, Wasserbewältigung und verschiedene Schwimmtechniken geübt. Beim WSC-Check ist der Fokus primär auf den angstfreien Aufent-

halt im Wasser und auf die Kompetenz «Selbstrettung in einer Notsituation» gerichtet. Der WSC wurde in Kanada entwickelt und in der Schweiz entsprechend angepasst. Seit seiner letztjährigen Einführung konnten bereits über 4300 Ausweise in der Deutsch- und Westschweiz abgegeben werden. Die Träger des WSC sind swimsports.ch mit den Partnern SLRG, Schweizerischer Schwimmverband SSCHV, J+S und bfu.



Für die Rolle vorwärts ins Wasser musste sich **Michel** zuerst überwinden, heute macht er sie gerne.