



TG HERFORD

DEINE LEIDENSCHAFT. UNSERE VIELFALT.

Gemeinsamer Badespaß

mit Plitsch Platsch Pinguin Paul

Spielerisch Baderegeln lernen



Hallo du kleine Wasserratte. Mein Name ist Paul. Ich bin der Plitsch Platsch Pinguin der TG SWIM. Schnapp dir deine Buntstifte! In diesem Heft lernen wir gemeinsam die Baderegeln. Diese musst du für dein Schwimmbadzeichen kennen.



Du möchtest gerne gemeinsam mit anderen Kindern schwimmen lernen? Dann komm zu einem unserer Schwimmkurse. Alle Infos zu unseren Kursen und Trainingszeiten findest du auf unserer Webseite.

Ich freue mich sehr, dass du mich beim Schwimmen begleitest!

Los geht's!



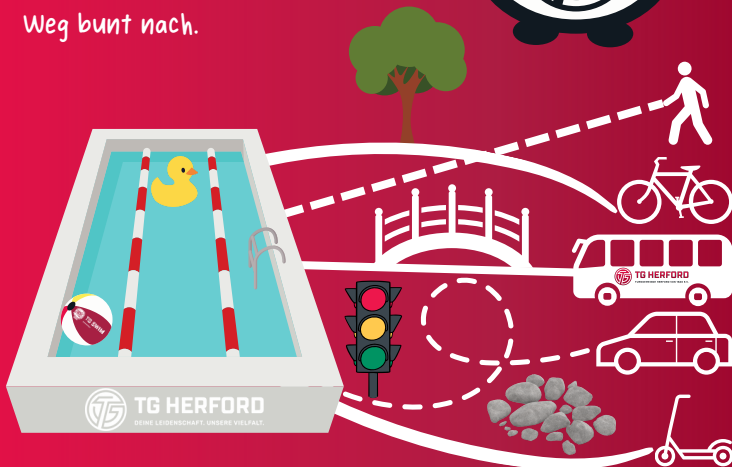
Heute gehe ich zum ersten Mal
Schwimmen. Ich bin so aufgeregt.
Jetzt packe ich meine Tasche.
Hilfst du mir dabei? Male mit einem
Buntstift einen Strich vom Gegenstand
zur Tasche und ich packe diesen ein.



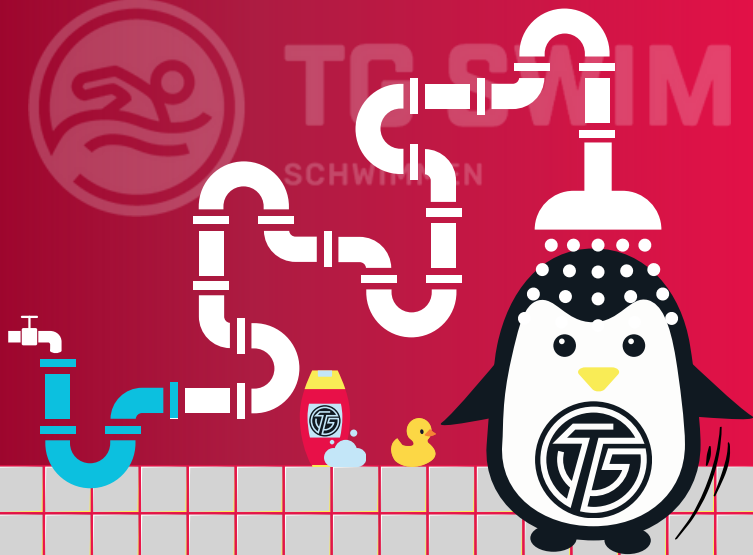


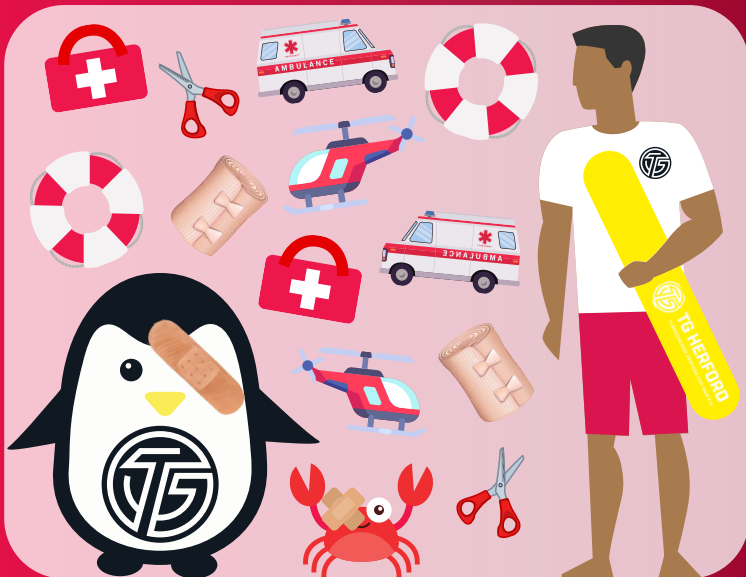
Danke für deine Hilfe. Puh, die Tasche ist ganz schön voll. Oh, mein Magen knurrt. Ich habe Hunger. Was esse ich am besten vor dem Schwimmen? Male das Essen aus, das ich am besten essen sollte.

Das war lecker. Jetzt mache ich eine kurze Pause. Merke dir: gehe nicht mit vollem oder leerem Magen ins Wasser. Komm, wir gehen jetzt zum Schwimmen. Welchen Weg wollen wir nehmen? Male unseren Weg bunt nach.



Endlich! Ich bin im Schwimmbad. Meine Badesachen habe ich auch schon angezogen. Jetzt dusche ich mich ab. Frisch geduscht fühlt sich das Wasser nicht so kalt an. Kannst du das Wasser zum Fließen bringen? Male den Strahl nach.





Am Wasser steht ein Rettungsschwimmer und passt auf.
 Er kümmert sich bei Verletzungen. Und er hilft, wenn ein
 Schwimmer in Gefahr ist. Welche Gegenstände gehören
 zusammen? Verbinde die beiden Pärchen.

Oh je... hier kann ich nicht ins Wasser springen! Das ist viel zu tief. Auf dem Grund sind spitze Steine. Daran könnte ich mich verletzen. Und in den Algen könnte ich mich verfangen. Siehst du den ganzen Müll? Am besten sammeln wir den Müll ein. Dann wird das Wasser wieder sauber. Wir tun den Müll in die Mülltonne. Aber welche Mülltonne ist die Richtige? Male einen Strich vom Müll zur richtigen Mülltonne.





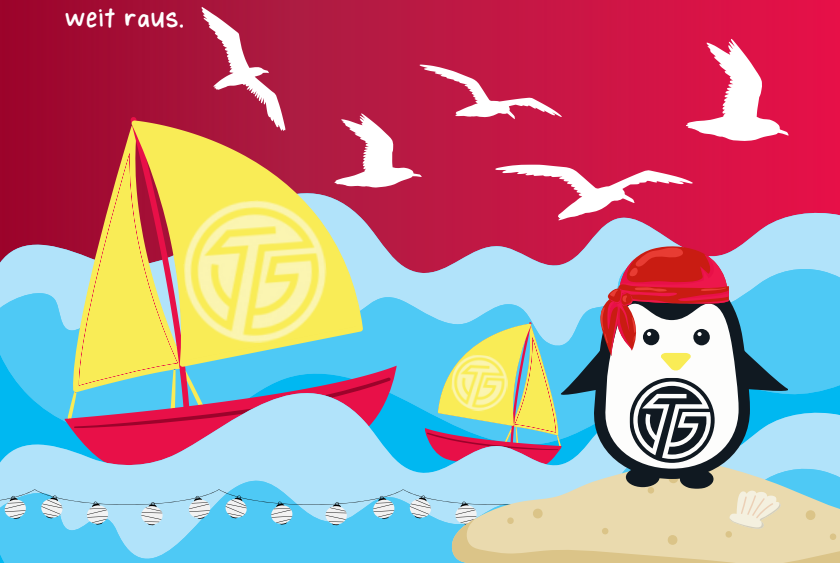
Du bist klasse. Danke! Das Wasser ist sauber. Jetzt können wir ins Wasser gehen! Aber warte... ich ziehe mir meine Schwimmflügel an. Die helfen mir beim Schwimmen. Ich gehe nur bis zum Bauch ins Wasser. So kann ich gut stehen. Das Wasser fühlt sich toll an. Schwimmen macht richtig Spaß.



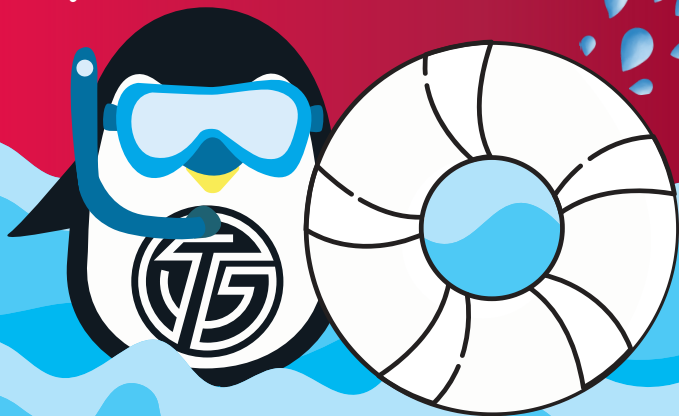
Ohoh, ich bin zu weit raus geschwommen! Schnell rufe ich nach Hilfe. Der Rettungsschwimmer kommt und hilft mir. Merke dir: Hilf anderen, wenn sie Hilfe brauchen oder du selber in Gefahr bist. Rufe aber nicht aus Spaß nach Hilfe.



Am Horizont sehe ich Schiffe und Boote. Sie fahren hinter den Bojen oder der Leine. Deshalb darf ich dort nicht schwimmen gehen. Die Wellen sind da draußen sehr groß und die Kapitäne könnten mich sehr schnell übersehen. Ich überschätze meine Kräfte nicht und schwimme niemals zu weit raus.



Schau mal, ich habe meinen neuen tollen Schwimmreifen mitgebracht. Magst du ihn kunterbunt anmalen? Ich gehe mit dem Schwimmreifen nicht ins tiefe Wasser. Ich bleibe immer da, wo ich stehen kann. Manchmal ist im Reifen nämlich ein kleines Loch. Dann macht es leise „psssscht“ und die ganze Luft zischt aus dem Reifen. Im Wasser kann ich dann schnell untergehen.



Oh oh, der Himmel ist plötzlich ganz dunkel. In der Ferne blitzt und donnert es. Bei Gewitter ist draußen schwimmen gefährlich. Denn Blitze können ins Wasser einschlagen. Wir steigen schnell aus dem Wasser und gehen in ein Gebäude oder nach Hause.



Das Gewitter ist vorbei. Jetzt gehen wir wieder ins Wasser!
Heute sind viele Menschen im Schwimmbad. Manchmal komme
ich beim Schwimmen anderen Schwimmern in die Quere.
Aber ich passe auf und mache immer Platz.
So können wir alle Spaß haben und keiner stört den anderen.



Brrr, mir ist echt kalt im Wasser. Mein Schnabel ist ganz blau. Und ich zittere. Ich gehe besser aus dem Wasser. Dann trockne ich mich mit meinem Handtuch ab. So wird mir wieder wärmer. Die Sonne geht unter, ich gehe nach Hause.



Alle Baderegeln noch einmal im Überblick

- » Gehe nur ins Wasser, wenn du dich gut fühlst.
- » Gehe nicht ins Wasser, wenn dein Magen ganz voll oder leer ist.
- » Kühle dich ab, bevor du ins Wasser gehst.
- » Bade nicht bei Gewitter. Das ist lebensgefährlich.
- » Bade nicht dort, wo Schiffe und Boote fahren.
- » Springe nicht in unbekannte Gewässer, die du nicht genau kennst.
- » Schwimme nicht zu weit weg vom Ufer.
- » Wenn du nicht schwimmen kannst, dann gehe nur bis zum Bauch ins Wasser.
- » Springe nur dann ins Wasser, wenn es tief genug und frei ist.
- » Nimm Rücksicht auf andere Menschen im Wasser.
- » Luft-Matratzen und andere Schwimm-Hilfen schützen dich nicht vor dem Ertrinken.
- » Wenn du frierst, dann verlasse das Wasser sofort.
- » Halte das Wasser und die Umwelt sauber.
- » Rufe nie zum Spaß um Hilfe.



TG SWIM
SCHWIMMEN

Hier ist Platz für mein
Seepferdchen- Abzeichen



Hier ist Platz für mein
Bronze- Abzeichen



TG SWIM
SCHWIMMEN

