



**Sicher Schwimmen lernen
Anfängerschwimmen
Ortsgruppe Nagold**

Sicher Schwimmen Lernen (Anfängerschwimmen Ausbildungskonzept) ©

Herausgeber

DLRG Ortsgruppe Nagold
Postfach 1135
72191 Nagold
<http://nagold.dlrg.de>

Stand

07.04.2022

Auflage

Digital

Layout

DLRG Ortsgruppe Nagold

Seite 1 von 22

Inhalt

	Inhalt	2
1.	Elterninformationen	3
2.	Einführung in das Schwimmkurskonzept	5
2.1	Allgemeines	5
2.2.	Schwimmkursverlauf	5
3.	Kursablauf	6
3.1.	1. Stunde	6
3.2.	2. Stunde	7
3.3.	3. Stunde	8
3.4.	4. Stunde	9
3.7.	5. Stunde	10
3.8.	6. Stunde	11
3.9.	7. Stunde	12
3.10.	8. Stunde	13
3.11.	9. Stunde	14
3.12.	10./11./12. Stunde	15
3.13.	13. Stunde	16
3.14.	14./15. Stunde	17
4.	Spielesammlung	18

1. Elterninformationen

Liebe Eltern,

herzlich willkommen bei der DLRG Nagold! Um Ihnen und uns einen erfolgreichen und reibungslosen Ablauf des Schwimmkurses zu ermöglichen, möchten wir Sie bereits im Vorfeld über einige wichtige Aspekte und Abläufe informieren.

Organisation und Ablauf

Unsere Schwimmkurse bestehen aus 10-15 Terminen, die jeweils **Freitag um 18:00 Uhr oder 19:00 Uhr** im Nagolder Lembergbad beginnen, sofern das Lembergbad geöffnet ist. Einlass ins Bad ist bereits um **17:45 Uhr oder 18:45 Uhr**, das Training endet um **19:00 Uhr oder 20:00 Uhr**, sodass die Kinder erfahrungsgemäß gegen 19:15 Uhr oder 20:15 Uhr abgeholt werden können. Die Teilnahmegebühr beträgt 110 EUR, das Mindestalter der Kinder liegt bei 5 Jahren.

Unsere Schwimmkurse finden in zwei Gruppen statt. Die Zuordnung zu den Gruppen erfolgt bei der Anmeldung auf Basis der individuellen Wünsche der Erziehungsberechtigten, sofern dies in Hinblick auf die Anzahl der Teilnehmer möglich ist. Ohne Angaben der Erziehungsberechtigten werden wir die Teilnehmer, aufgrund des Alters, den Gruppen hinzufügen.

- **Ziel 1: Anfängerschwimmkurs mit Wassergewöhnung und Abnahme des Seepferdchens**
In diesem Schwimmkurs werden die Kinder an das neue Element Wasser gewöhnt und die grundlegenden Schwimmbewegungen vermittelt. Zielgruppe sind Kinder, die bisher über keine nennenswerte Erfahrung im Wasser verfügen.
Mindestvoraussetzungen zur Teilnahme ist das selbstständige Betreten des Schwimmbeckens über die Treppe bis ins schultertiefe Wasser, weiterhin müssen die Kinder selbstständig zur Toilette gehen können. Lange Haare müssen fest zusammengebunden werden.
- **Ziel 2: Schwimmen vertiefen**
Haben die Kinder das Seepferdchen bestanden, besteht die Möglichkeit zum Montagstraining der DLRG Ortsgruppe Nagold zu kommen, bitte sprechen Sie uns darauf an.

Mitarbeit zu Hause

Um den Erfolg des Schwimmkurses zu gewährleisten, sind insbesondere in der Phase der Wasserbewältigung und -gewöhnung regelmäßige Übungen zu Hause förderlich. Zu diesen Übungen gehört unter anderem das regelmäßige Untertauchen des Gesichts beispielsweise im Waschbecken oder in der Badewanne, um einen Gewöhnungseffekt zu erzielen – das wöchentliche Training reicht hier aufgrund des zeitlichen Abstands nicht in jedem Fall aus.



Gesundheit und Sicherheit

Um bei möglichen gesundheitlichen Problemen Ihres Kindes ausreichend informiert zu sein, bitten wir Sie, die beigefügte Selbsterklärung zum Gesundheitszustand auszufüllen und zum Informationsabend mitzubringen. Sollten Bedenken bestehen, dass gesundheitliche Beeinträchtigungen die Teilnahme am Schwimmkurs einschränken könnten, bitten wir Sie um Rücksprache mit Ihrem Kinderarzt. Um Verletzungen vorzubeugen, sollte Ihr Kind vor dem Schwimmkurs jeglichen Schmuck ablegen. Auch möchten wir Sie darauf hinweisen, dass in der Schwimmhalle erhebliche Rutschgefahr besteht und deshalb auf schnelles Laufen verzichtet werden sollte. Bitte beachten Sie, dass die Aufsichtspflicht der Trainer erst mit dem Betreten der Schwimmhalle beginnt und beim Verlassen selbiger endet.

Informationsabend

Vor Beginn des Schwimmkurses laden wir Sie, gerne ohne Ihr Kind, herzlich zu einem Informationsabend um ca. 18:30 Uhr ein, an welchem wir Ihnen den Ablauf im Schwimmbad erläutern möchten und Sie die Gelegenheit haben, die Trainer persönlich kennen zu lernen.

Den konkreten Termin werden wir Ihnen per E-Mail mitteilen, Ort ist das Lembergbad Nagold, unmittelbar neben der Lembergschule Nagold.

Kontakt

Sollten Sie weitere Fragen zum Schwimmkurs haben, Anregungen vorbringen oder auftauchende Probleme ansprechen möchten, stehen wir gerne zur Verfügung:

DLRG Ortsgruppe Nagold
Referat Anfängerschwimmen

E-Mail: Schwimmkurs@nagold.dlrg.de

Im Übrigen wünschen wir Ihrem Kind viel Freude und Erfolg in unserem Schwimmkurs und hoffen auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit!

Ihre DLRG Ortsgruppe Nagold

2 Einführung in das Schwimmkurskonzept

2.1 Allgemeines

Sicher schwimmen lernen – unter diesem Motto führt die DLRG Nagold regelmäßig Schwimmkurse mit Erfolg durch. Viele Jahre Erfahrung in der Arbeit mit Schwimmanfängern flossen in dieses Konzept ein, welches dazu dienen soll, einen noch höheren Qualitätsstandard in der Ausbildung zu erreichen und diesen nachhaltig zu sichern. Das Schwimmkurskonzept erläutert detailliert den Ablauf eines Schwimmkurses und dient den Trainern als Handreichung sowie den Eltern als Information.

Neben organisatorischen Informationen zeigt dieses Konzept einen detaillierten Verlauf der einzelnen Unterrichtsstunden auf und bietet einen Rahmen, in welchem eine Vergleichbarkeit der Schwimmkurse, allerdings auch eine Differenzierung in verschiedene Leistungsniveaus möglich ist.

2.2 Schwimmkursverlauf

Die Anfängerkurse beginnen mit der Wassergewöhnung und -bewältigung, vermitteln im Anschluss die Bewegungen des Brustschwimmens und enden nach einem erfolgreichen Lernprozess mit dem Erwerb des Frühschwimmerabzeichens „Seepferdchen“. Grundsätzlich finden die Schwimmkurse im Nichtschwimmerbecken statt, zur Tiefwassergewöhnung werden die Kinder auch unter intensiver Betreuung im Schwimmerbecken schwimmen gelassen.

Der Ablauf der einzelnen Stunden ist im Folgenden beschrieben. Eine Variation der Inhalte und situationsbedingte Abweichungen vom vorgegebenen Ablauf sind möglich und liegen in der Verantwortung der jeweiligen Trainer. Die in den Ablaufplänen genannten Spiele sind im Anhang „Spielesammlung“ erläutert.

3 Kursablauf

1. Stunde

Lernziele:

- Kennenlernen der Räumlichkeiten (Duschen, Toiletten)
- Baderegeln (jede Stunde wiederholen)
- Wassergewöhnung: keine Angst, Kopf unter Wasser

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kennenlernen: <ul style="list-style-type: none">▪ Kinder in der Eingangshalle abholen▪ Gemeinsames Duschen▪ Zeigen der Räumlichkeiten			20
Wassergewöhnung: <ul style="list-style-type: none">▪ Gehen-Laufen, Hocken-Springen▪ Regen machen▪ Spritzschlacht▪ Wellen machen▪ Wasser auf Kopf▪ In das Wasser ausatmen▪ Kopf unter Wasser (Wer schafft das am längsten? Wer kann die Augen öffnen, um die Farbe des Ufos zu erkennen?) Falls dies nicht klappt: <ul style="list-style-type: none">▪ Gesicht waschen▪ Gegenseitig nass spritzen		Alle gemeinsam	15
Spiel: <ul style="list-style-type: none">▪ Weitsprung von der Treppe▪ Wer hat Angst vor dem weissen Hai?▪ Mühle		Alle gemeinsam	8
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide		Alle gemeinsam	2

2. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln (Wiederholung jede Stunde)
- Wiederholung der Wassergewöhnung
- Wasserbewältigung

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder auf Wärmebank abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Parcours (verschiedene Stationen) 		Alle gemeinsam	5
Erklärung der Armbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kinder stehen im Kreis Brusttief im Wasser ▪ Bewegung vormachen, erklären, nachmachen, üben 		Alle	5
Wassergewöhnung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gehen-Laufen, Hocken-Springen ▪ Regen machen ▪ Spritzschlacht ▪ In das Wasser ausatmen, Ufos pusten ▪ Kopf unter Wasser (Wer schafft das am längsten? Wer kann die Augen öffnen, um die Farbe des Ufos zu erkennen?) 	Kannen, Becher, Ufos Tauchringe Tauchtire	Gemeinsam oder Gruppen	15
Wasserbewältigung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gegenseitiges Ziehen durch das Wasser ▪ Gleiten von der Treppe mit/ohne Brett 	Schwimm- bretter	Einzel / Paar	5
Gleiten üben: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Von der Treppe weg ▪ Auf die Treppe zu ▪ Mit Brett ▪ Ohne Brett ▪ Wer Kommt weiter? ▪ Wer kann von Bauch- in Rückenlage wechseln? 	Schwimm- bretter	Einzel	10
Abschluss: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rutschen ▪ Springen ▪ Mühle 		Alle gemeinsam	5
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duschen und Zurückbringen zu den Umkleiden 			

3. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln (Wiederholung jede Stunde)
- Wiederholung der Wassergewöhnung
- Wiederholung Wasserbewältigung
- Armbewegung
- Einteilung in Kleingruppen nach Leistungsstand

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder auf Wärmebank abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none">▪ Parcours (verschiedene Stationen)	div. Mat.	Alle gemeinsam	5
Erklärung der Armbewegung: <ul style="list-style-type: none">▪ Kinder stehen im Kreis Brusttiefe im Wasser▪ Bewegung vormachen, erklären, nachmachen, üben		Kreis	10
Übung der Armbewegung: <ul style="list-style-type: none">▪ Durchs Wasser gehen / mit Schwimmmudel	Schwimmnudeln	Einzel	15
Wasserbewältigung: <ul style="list-style-type: none">▪ Durchs Wasser gleiten		Einzel	10
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">▪ Rutschen▪ Springen▪ Mühle		Einzel	5
<ul style="list-style-type: none">▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide			

4. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln (Wiederholung jede Stunde)
 - Wiederholung der Wassergewöhnung
- Wiederholung Wasserbewältigung
- Wiederholung Armbewegung
- Einteilung in Kleingruppen nach Leistungsstand

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder auf Wärmebank abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none">▪ Parcours (div. Stationen)	div. Mat.	Alle gemeinsam	5
Wiederholung Armbewegung: <ul style="list-style-type: none">▪ Mit der Nudel durchs Wasser gehen	Schwimmnudeln	Einzel	15
Wasserbewältigung: <ul style="list-style-type: none">▪ Gleiten mit anschließendem Armzug		Einzel	15
Zwischenziel: <ul style="list-style-type: none">▪ Seestern Abschluss Wassergewöhnung und Wasserbewältigung		Einzel	5
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">▪ Springen▪ Mühle		Einzel	5
<ul style="list-style-type: none">▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide			

5. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln (Wiederholung jede Stunde)
- Wiederholung: Armbewegung
- Erklärung der Beinbewegung

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder auf Wärmebank abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Parcours (div. Stationen) 		Alle gemeinsam	5
Wiederholung Armbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gehen durchs Wasser mit Armbewegung ▪ Mit der Schwimnudel liegend die Armbewegung machen ▪ Schubkarre 	Schwimm- nudeln	Einzel / paarweise	10
Erklärung der Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kinder sitzen auf Beckenrand oder auf der Treppe ▪ Beinbewegung mit Erklärung vormachen ▪ Kinder machen am Rand / auf der Treppe nach 		Alle gemeinsam	10
Üben der Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Am Beckenrand sitzend/liegend auf Matte ▪ Auf der Treppe liegend ▪ Während dem Ziehen an den Händen durch einen Betreuer ▪ Mit Brettern / Nudeln im Wasser liegend 	Schwimm- Nudeln Schwimm- bretter	Einzel	15
Abschluss: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Rutschen ▪ Gleiten ▪ Mühle 		Alle gemeinsam	5
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide 			

6. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln Abnahme
- Wiederholung: Arm- und Beinbewegung
- Spiele

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder auf Wärmebank abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Parcours (div. Stationen) 		Alle gemeinsam	5
Wiederholung Arm- & Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Armbewegung: Kinder liegen auf der Schwimmnudel ▪ Beinbewegung: Kinder halten sich am Beckenrand fest, Beine im Wasser (ausführliche Korrektur durch die Übungsleiter) ▪ Beinbewegung mit Brett/ Schwimmnudel ▪ Arme und Beine zusammen mit Führung an den Händen 	Schwim- nudeln Schwimm- bretter	Einzel	20
Spielen gemeinsam mit allen Teilnehmern: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Springen ▪ Tauchen ▪ Wer hat Angst vor dem weissen Hai? ▪ Mühle 		Alle gemeinsam	20
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide 			

7. Stunde

Lernziele:

- Wiederholung der Beinbewegung
- Vertiefung der Armbewegung

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Parcours (div. Stationen) 		Alle gemeinsam	5
Wiederholung Arm- & Beinbewegung in Verbindung mit dem Gleiten: (Auf die richtige Bewegung ist zu achten, ggf. längere Korrekturphase einbauen) <ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Versch. Möglichkeiten für die Armbewegung:</u> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Am Beckenrand liegend ▪ gehen durch den Nichtschwimmer ▪ auf der Nudel liegend ▪ <u>Versch. Möglichkeiten für die Beinbewegung:</u> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Am Beckenrand festhaltend ▪ mit Brettern/ Schwimmnudel ▪ mit Führung der Hände durch die Übungsleiter 	Schwimm- nudeln Schwimm- bretter	Einzel	15
Koordination der Arm-& Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Arme und Beine zusammen bewegen (evtl. mit Führung der Arme) ▪ Schwimmversuche im Nichtschwimmer (an und vor der Treppe mit ausführlicher Korrektur und Hilfestellungen) ▪ Möglichkeiten, Kinder zum Schwimmen motivieren: <ul style="list-style-type: none"> ▪ durch einen Ring schwimmen ▪ Wettrennen ▪ Enten einsammeln 	Ring Enten	Einzel	20
Spiele: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tauchen (Streckentauchen) ▪ Über die Schwimmnudel springen ▪ Springen 	Schwimm- nudeln	Alle gemeinsam	5
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide 			

8. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln Abnahme
- Vertiefung der Arm-& Beinbewegung
- Kondition und Wiederholung der Arm-& Beinbewegung

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none">▪ Parcours (div. Stationen)		Gruppe	5
Vertiefung der Arm und Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none">▪ Mit dem Brett schwimmen▪ Mit der Schwimnudel schwimmen	Schwimmnudeln Schwimmbretter	Einzel	15
Koordination: <ul style="list-style-type: none">▪ Unter und über Wasser (ohne Hilfsmittel)		Einzel	20
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">▪ Wer hat Angst vor dem weissen Hai?▪ Mühle		Alle gemeinsam	15
<ul style="list-style-type: none">▪ Duschen und Zurückbringen zur Umkleide			

9. Stunde

Lernziele:

- Baderegeln Abnahme
- Koordination Arm-&Beinbewegung
- Tiefwassergewöhnung

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none">• Parcours (div. Stationen)		Alle gemeinsam	5
Koordination Arme und Beine: <ul style="list-style-type: none">• Mit/Ohne Hilfsmittel		Einzel	20
Tiefwassergewöhnung: <ul style="list-style-type: none">• Springen von der Matte	Matte gross	Gruppe/ Einzel	15
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">• Mühle		Alle gemeinsam	5
<ul style="list-style-type: none">• Duschen und Zurückbringen zur Umkleide			

10./11./12. Stunde

Lernziele:

- Koordination/Technik der Armen und Beine
- Wiederholung Tiefwassergewöhnung
- Seepferdchen Leistungen Abnahme

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> • Parcours (div. Stationen) 		Alle gemeinsam	5
Arm-& Beinbewegung: (ggf. müssen längere Korrekturphasen eingebaut werden) <ul style="list-style-type: none"> • Armbewegung: auf einer Matte/ mit einer Nudel/ durchs Nichtschwimmerbecken gehen • Beinbewegung: am Beckenrand fest haltend/ mit einer Nudel oder Brett 	Schwimm- nudeln Schwimm- bretter	Einzel / Paarweise	20
Verbesserung der Koordination: <ul style="list-style-type: none"> • Wettrennen mit der Ente • Streckentauchen 	Ente	Einzel	10
Abschluss: <ul style="list-style-type: none"> • Tiefwasser: Mit Brett/ Schwimmnudel • Mühle 	Schwimm- Nudel Schwimm- bretter	Einzel / Gruppe	10
<ul style="list-style-type: none"> • Duschen und Zurückbringen zur Umkleide 			

13. Stunde

Lernziele:

- Festigung der Arm-/Beinbewegung
- Verbesserung der Technik
- Koordination
- Tiefwasser
- Seepferdchen Leistungen Abnahme

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none"> • Strampelball 		Alle gemeinsam	5
Verbesserung/ Koordination Arm-/Beinbewegung: <ul style="list-style-type: none"> • Wenn möglich ohne Hilfsmittel 		Einzel	20
Tiefwasser: <ul style="list-style-type: none"> • Mit/ohne Hilfsmittel • Vom Beckenrand springen • Von der Treppe gleiten 	Schwimm- nudeln Schwimm- bretter	Einzel	15
Spiele: <ul style="list-style-type: none"> • Mühle 		Alle gemeinsam	5
<ul style="list-style-type: none"> • Duschen und Zurückbringen zur Umkleide 			

14./15. Stunde

Lernziele:

- Koordination
- Seepferdchen Leistungen Abnahme

Methodische Aufgabe	Material	Sozialform	Zeit [min]
Kinder abholen und duschen			
Aufwärmphase: <ul style="list-style-type: none">• Parcours (div. Stationen)		Alle gemeinsam	5
Tiefwasser <ul style="list-style-type: none">• Schwimmen ohne Hilfsmittel• Tauchen<ul style="list-style-type: none">• • Verbesserung der Ausdauer		Einzel	30
Abschluss: <ul style="list-style-type: none">• Wer hat Angst vor dem weissen Hai?• Mühle		Alle gemeinsam	10
<ul style="list-style-type: none">• Duschen und Zurückbringen zur Umkleide			

4 Spielesammlung

Abtransport

Organisationsform: Reihe (hintereinander)

- Material: ein oder zwei Pull Boys (auch Bälle geeignet)
- Spielablauf:

Die Kinder stehen mit gegrätschten Beinen hintereinander. Ein oder zwei Pull Boys werden unter den Beinen durch von Kind zu Kind nach hinten gereicht und dann über dem Kopf wieder nach vorne. Auch die umgekehrte Richtung ist denkbar. Was kann schneller weitergegeben werden: Pull Boy oder Ball?

Wanderball

Organisationsform: Reihe (zwei Reihen gegenüber)

- Material: Ball
- Spielablauf:

Die Kinder werden in zwei gleich starke Gruppen aufgeteilt. Jede Gruppe stellt sich hintereinander in einer Reihe auf, beide Gruppen stehen sich so gegenüber. Jeweils der erste einer Gruppe wirft dem ersten der gegenüberstehenden Gruppe einen Ball zu. Sobald man geworfen hat, muss man an seiner ganzen Gruppe vorbeilaufen und sich wieder hintenanstellen. Man kann auch nach vorne laufen und sich bei der anderen Gruppe wieder hintenanstellen.

Wasserkopf

Organisationsform: Kreis

- Material: Kleiner Eimer
- Spielablauf

Die Kinder stehen im Kreis, der Spielleiter in der Mitte. Dieser hat einen Eimer, den er auf dem Kopf festhält. Ziel ist es, durch Spritzen, den Eimer so voll wie möglich zu machen. Wenn jemand will, kann auch ein Kind in der Mitte stehen.

Wassertransport

Organisationsform: freie Bewegung

- Material: einige Plastikbecher, ein Eimer
- Spielablauf:

Dieses Spiel kann man im Nichtschwimmer oder im Schwimmer spielen. In unserem Kurs ist es für die Schwimmer gedacht, damit sie ein Ziel haben, für das sie schwimmen. In einer bestimmten Entfernung vom Ufer werden die Plastikbecher (müssen schwimmen) ins Wasser geworfen, der Eimer steht am Ufer. Die Kinder müssen dann zu den Bechern schwimmen und einen davon mit ans Ufer bringen. Dort darf man dann einen Becher Wasser in den Eimer füllen. Ziel ist es, den Eimer ganz voll zu bekommen oder in einer bestimmten Zeit so voll wie möglich. Man kann das Spiel als Wettkampf zwischen zwei Teams spielen (dann zwei Eimer aufstellen) oder als Teamwettkampf.

Waschanlage

Organisationsform: zwei Reihen (gegenüberliegende Reihen schauen sich an)

- Material: Schwämme, Lappen, Schöpfgefäße
- Spielablauf:

Die Kinder stellen sich in zwei Reihen gegenüberliegend auf. Dabei schauen alle Kinder der rechten Reihe in die Gesichter der Kinder der linken. Der Abstand der beiden Reihen beträgt ca. eine Armlänge. Ein Kind an einem Ende der Reihe beginnt den Waschgang und geht langsam zwischen den beiden Reihen hindurch. Dabei wird es von den anderen mit Wasser bespritzt und gewaschen. Am Ende angekommen stellt das Kind sich wieder in die Reihe und der nächste Waschgang beginnt.

Ufos pusten

- Organisationsform: frei

- Material: Ufos
- Spielablauf:

Jedes Kind bekommt ein zweifarbiges "Ufo". Dieses soll durch Anpusten zum Drehen und somit zum Farbwechsel gebracht werden. Anfangs eignet sich das Spiel zur Wassergewöhnung, da es gelegentlich etwas spritzt, später kann es als Koordinationübung während dem Schwimmen bzw. während den Armbewegungen genutzt werden.

Limbo

- Organisationsform: Reihe

- Material: Poolnudel
- Spielablauf:

Als Limbo Stange dient eine Poolnudel, welche von zwei Personen waagrecht gehalten wird. Bei jeder Spielrunde sollen die Spieler (in einer Reihe hintereinander wartend) unter der Poolnudel hindurch. Zu Beginn des Spiels wird die Poolnudel etwas höher über der Wasseroberfläche gehalten, im weiteren Verlauf bei jeder Runde etwas niedriger.

Gordischer Knoten

Organisationsform: Kreis

- Material:
- Spielablauf:

Alle Spieler stellen sich in einem Kreis auf. Jeder streckt seine Hände in die Mitte des Kreises und greift wahllos eine andere Hand. Es dürfen keine zwei Hände einer Person gegriffen werden und keine Hände direkter Nachbarn. Hat jeder zwei Hände gefasst, ist der Knoten fertig. Nun soll dieser entknotet werden, ohne dabei eine Hand loszulassen. Hierbei darf über Arme drübergestiegen oder darunter hindurch getaucht werden. Ziel des Spiels ist es, den Knoten zu lösen, ohne eine Hand loszulassen. Falls sich die Aufgabe als zu schwierig erweist, kann der Spielleiter den Knoten an einer Stelle trennen und es entsteht danach eine Kette anstelle eines Rings.

Buntes Balltreiben

- Organisationsform: Reihe
 - Material: Bälle (Ufos)
 - Spielablauf:

Alle Kinder sitzen am Rand oder auf der Treppe nebeneinander. Jedes Kind versucht seinen Ball durch einen kräftigen Beinschlag in Richtung Beckenmitte treiben zu lassen. Welcher Ball kommt am weitesten?

Tipp: Hierzu können auch die Ufos verwendet werden

Atomspiel

- Material: keins
- Spielablauf:

Die Kinder schwimmen im Becken umher bis die Spielleiter eine Zahl ruft. Die Kinder müssen sich dann in Gruppen und Größe zusammenfinden, an den Händen fassen und im Kreis schwimmen. Sie bilden so ein Atom. Bleiben Kinder übrig, so bilden sie freie Radikale. Dann lösen sich die Gruppen wieder auf und die Kinder warten auf eine neue Zahl.

Volleyball

- Organisationsform: Gruppe
- Material: Ball, Leine
 - Spielablauf:

Ein Spielfeld wird in zwei Hälften geteilt. In der Mitte wird nach Möglichkeit ein „Netz“ errichtet (z.B. etwas höher gespannte Leine). Die Mannschaften versuchen nun zu vermeiden, dass der Ball auf ihrer Seite das Wasser berührt. (Punkt für die andere Mannschaft)

Das schnellste Spiel der Welt

- Organisationform: frei
- Material: keins
 - Spielablauf:

Nach dem Startsignal kann Jeder Jeden abschlagen. Abgeschlagene Teilnehmer bleiben an Ort und Stelle stehen. Das Kind, das als letztes übrigbleibt, gibt das neue Startsignal: „kennt ihr das schnellste Spiel der Welt? Die anderen Kinder antworten mit „ja“ und starten so eine neue Runde

Zoobesuch

- Organisationform: Frei
- Material: keins
 - Spielablauf:

Der Spielleiter erzählt eine Geschichte von einem Zoobesuch. Dabei macht er passende Bewegungen vor und die Kinder machen mit. Beispiele sind:

- Krokodile liegen im Wasser und kriechen vorwärts
- Störche staksen durchs Wasser
- Krabben krabbeln seitwärts
- Elefanten spritzen mit ihrem Rüssel im Wasser
- Frösche hüpfen durchs Wasser
- Affen hüpfen, quietschen, spritzen
- Pinguine watscheln

Walfänger

- Organisationform: Kreis
 - Material: Ball
 - Spielablauf:

Ein Teilnehmer wird ausgelöst und ist der Walfänger. Die restlichen Teilnehmer stehen im Kreis um den Walfänger herum. Der Walfänger muss nun versuchen von seinem Platz aus den Wale durch abwerfen zu fangen. Wer getroffen wird scheidet aus. Die Wale dürfen sich nur durch untertauchen vor dem Ball in Sicherheit bringen. Wer jedoch untertaucht, ohne dass auf ihn gezielt wurde, scheidet ebenfalls aus. Wer sich am längsten hält, ist in der nächsten Runde der Walfänger

Waschmaschine

- Organisationsform: Kreis
 - Material: keins
 - Spielablauf:

Ein Kind ist der Putzklumpen, es stellt sich in die Mitte. Die anderen Kinder bilden die Waschmaschine und bilden einen Kreis. Der Spielleiter erzählt eine Geschichte (z.B: Waschgang(spritzen), Trommel dreht sich, Schleudergang, zum Schluss bricht die Maschine auseinander), die Kinder machen die Bewegung mit.

Hechte brechen aus

- Organisationform: Kreis
 - Material: keins
 - Spielablauf:

Ein Teil der Kinder bildet ein Fischernetz. Sie fassen sich an den Händen und bilden im stehtiefen Wasser einen Kreis. Die anderen Kinder stehen in der Mitte. Sie sind die Hechte, die in das Netz geraten sind und versuchen auszubrechen.

Waage

- Organisationform: Paar
 - Material: keins
 - Spielablauf:

Zwei Kinder halten sich an den Händen. Sie gehen abwechselnd in die Hocke und stehen wieder auf. Unter Wasser atmen sie aus.

Förderband

Organisationsform: Gruppe (5 Kinder pro Gruppe)

- Material: Pro Gruppe ein Brett, ein Plastikbecher und einen Eimer
- Spielablauf:

Jeder Gruppe bekommt ein Schwimmbrett und einen Becher. Das erste Kind füllt den Becher mit Wasser und stellt ihn auf das Brett. Das Brett wird von den Kindern durchgereicht. Das letzte Kind leert den Becher in den Eimer. Fällt der Becher um, muss das Brett zurück zum ersten Kind und der Becher neu gefüllt werden. Die Gruppe, die nach einer bestimmten Zeit das meiste Wasser im Eimer hat, gewinnt.

Balltransport

- Organisationsform: Gruppe
 - Material: Bälle
 - Spielablauf:

Die Eimer werden mit dem Henkel an die Gewichte gebunden und so im Becken versenkt. So können gleich viele Bälle in die Eimer gefüllt werden (durch den Auftrieb bleiben diese im umgekehrten Eimer). Ziel der Mannschaften ist es nun so viele Bälle wie möglich zu ergattern und in den eigenen Eimer zu bringen. Jeder Spieler darf dabei nur einen Ball transportieren. Ein umstülpen der Eimer ist nicht erlaubt. Nach einer festgelegten Zeit werden die Bälle gezählt und die Mannschaft mit den meisten Bällen gewinnt.

Zeckenspiel

- Organisationsform:
 - Material: Wäscheklammern
 - Spielablauf:

Jedes Kind bekommt eine bestimmte Anzahl Wäscheklammern (z.B.3) Diese Zecken muss es an seiner Kleidung befestigen. In einem festgelegten Zeitraum versuchen die Schimmer nun einige Wäscheklammern den anderen Schwimmern anzustecken. Wer am Ende die wenigsten Wäscheklammern hat gewinnt.

