

# BABYSCHWIMMEN

## Bewegungsanregungen im Wasser

### Vorbemerkungen/Ziele

Das Ziel beim Babyschwimmen ist nicht das Erlernen des Schwimmens, sondern die Wassergewöhnung. Im Vordergrund stehen die Freude des Kindes am Wasser, Aktivität und Körperkontakt mit dem Erwachsenen, Kommunikation und das Sammeln von Bewegungserfahrungen. Die Kinder tragen sog. „Schwimmwindeln“.

Die nachfolgenden Spiel- und Übungsformen sind nur Bewegungsanregungen. Die Tagesform der Kinder entscheidet mit über die Auswahl des Bewegungsangebotes. Empfehlenswert sind 5 Minuten Wasserzeit pro Lebensmonat, die An- und Ausziehzeit, Duschen, die fremde Umgebung, ungewohnte Luftverhältnisse und eine erhöhte Geräuschkulisse sind anstrengend für die Kinder. Die Wasserzeit kann schrittweise verlängert werden.

### Stundenverlauf und Inhalte

#### EINSTIMMUNG

##### ● Begrüßung

- Lieder
- Bewegungslieder

z. B.: „Was machen wir so gerne hier im Kreise, was machen wir so gerne hier im Kreis? – Plantschen, plantschen, tralalalala. plantschen, plantschen, tralalalala (singen, schwimmen, strampeln, hüpfen, spielen, drehen, spritzen).“

Die TN bewegen sich im Kreis und führen die entsprechenden Bewegungen dabei aus.

##### ⊙ Kreis

- „**Aquarium**“ – das Schwimmbecken wird zum Aquarium. Viele Spieltiere schwimmen auf der Wasseroberfläche, die erwachsenen TN werfen die Tiere ein Stück weg und „treiben“ mit den Kindern hinterher.

#### SCHWERPUNKT

- „**Wellenbad**“ – die Kinder werden mit beiden Händen von vorne unter den Achseln gefasst, der Erwachsene bewegt sich rückwärts durch das Becken und zieht das Kind in Schlangenlinien durch das Wasser.
- „**Waschanlage**“ – jeder TN erhält einen Schwamm oder Waschlappen, der Erwachsene drückt den vollgesaugten Schwamm oder Waschlappen vor den Augen des Kindes aus, lässt dann Wasser über die Hände, über die Arme, den Rücken und die Schultern laufen und „wäscht“ das Kind mit dem Schwamm oder Waschlappen. Danach Wasser über den Hinterkopf, die Schläfen und über das Gesicht laufen lassen.
- „**Pferdchenspiel**“ – der Erwachsene nimmt das Kind nah an den Körper heran und hüpfert durch das Wasser. Lied: „Hopp, hopp, hopp – Pferdchen lauf Galopp...“ (mehrmals wiederholen)

● = Inhalt, ⊙ = Organisation, ⊕ = Absicht, ♣ = Hinweis

### Rahmenbedingungen

**Zeit:** 30 - 45 Minuten

**Teilnehmer/innen:** 10 - 12 Kinder im Alter von 3 bis 18 Monaten und je ein Erwachsener, (Mutter, Vater, Großeltern...)

**Material:** bunte Schwimmtiere, Schwämme oder Waschlappen

**Ort:** Schwimmbad

**Temperatur:** ca. 32°



### Absichten und Hinweise

- ⊕ Einstimmen, Begrüßungsritual; erste Bewegungsformen
- ♣ Wiederholen von bekannten, vertrauten Liedern
- ⊕ „Spielerisches“ Plantschen, Scheu vor dem Wasser nehmen
- ♣ Kommunikation
- ⊕ Sinnesschulung (sehen, greifen), die bunten Schwimmtiere stellen einen Anreiz dar.
- ♣ Der ÜL nimmt in dieser Phase Kontakt mit den Kindern und Erwachsenen auf, fragt nach dem Befinden, beobachtet die Entwicklung des Kindes
- ⊕ Bewegungsfreiheit der Beine „ausnutzen“
- ♣ Die Reaktion des Kindes beobachten! Pausen einlegen! Das Kind loben, lieblosen, Körperkontakt aufnehmen!
- ⊕ Singen, spielen, toben, lachen und mit dem Wasser spritzen als Vorbereitung zum Tauchen...

## Stundenverlauf und Inhalte

- „**Tauchvorbereitung**“ – Bewegungsspiel: „Fährt ein Fischer übers Meer, schaukelt hin und schaukelt her. Kommt ein starker Wind – fährt das Schiff geschwind. Kommt ein starker Sturm – fällt das Schiffelein um.“

Der Erwachsene „schwenkt“ das Kind durchs Wasser im Wechsel nach rechts und links und hebt das Kind jeweils an der Seite aus dem Wasser heraus. Die Bewegung wird schneller (bei „geschwind“), bei „um“ taucht der Erwachsene das Kind mit einer Gesichtshälfte seitlich ins Wasser. Bei Wiederholung mit der anderen Seite eintauchen.

## SCHWERPUNKTABSCHLUSS

- „**Tauchgang**“ – Das Kind wird beidhändig im Achselgriff gefasst. Der Erw. erzeugt Wellen, solange bis das Wasser dem Kind ins Gesicht spritzt, dann taucht der Erw. mit dem Kind gemeinsam unter.

**Variation:** Der ÜL und der Erw. stehen sich gegenüber. Der ÜL hält das Kind so, dass das Kind den Erw. ansehen kann. Der Erw. erzeugt Wellen, benetzt das Gesicht des Kindes mit Wasser, der ÜL taucht das Kind ins Wasser ein und gleitet zu dem Erw.. Das Kind kommt aus dem Wasser heraus und gelangt sofort in den „vertrauten“ Arm des Erw..

- „**Karussell**“ – Das Kind hängt mit den Achseln über einem ausgestreckten Unterarm des Erwachsenen. Der Erw. dreht sich nun im Kreis herum, sodass das Kind wie in einem Karussell durch das Wasser gleitet. Die „Fahrt“ kann langsamer und schneller gehen und darf auch höher und tiefer werden. Richtungswechsel!

**Variation:** Zwei Paare treiben aufeinander zu und wieder voneinander weg.

## AUSKLANG

- „**Freispiel**“ – je nach Alter, Tagesform und Vorerfahrung wiederholen die TN verschiedene Bewegungsanregungen.

- „**Bewegungsspiel**“ – (jeweils die Arme und Beine bewegen) „Die Maus hat rote Handschuh` an, damit sie besser schwimmen kann. Sie schwimmt jetzt bis nach Dänemark – denn schwimmen macht die Arme stark!

Die Maus hat rote Socken an, damit sie besser strampeln kann. Sie strampelt bis nach Dänemark – denn strampeln macht die Beine stark!“

- **Abschlusslied:**  
„Alle Leut` gehen jetzt nach Haus...“

Gemeinsames Einsammeln der Schwimmtiere

## Absichten und Hinweise

- ⊙ Körperwahrnehmung, Kälte- reiz – Wechsel von warm und kalt, Spielerische Hinführung zum Tauchen

- ✔ Nach und nach steigern!  
Die Reaktion des Kindes beobachten!  
Keinen Zwang ausüben!

- ⊙ Tauchen als Grundelement des Babyschwimmens. (Atemschutzreflextraining!)

- ✔ Keinen Zwang ausüben!  
Das Kind loben, lieblosen, Körperkontakt aufnehmen.



- ✔ Eine andere Griffposition für den Erw. und eine andere Lage im Wasser für das Kind ausprobieren!

- ⊙ Schulung des Gleichgewichtes  
Orientierung
- ⊙ Wahrnehmung der anderen Kinder, Kontaktaufnahme

- ⊙ Der ÜL nutzt die Freispielphase, um erneut persönlichen Kontakt zu den Kindern und Erw. aufzunehmen, schaut nach dem Befinden des Kindes

- ✔ Bewegen, spielen und singen zum Ende des Bewegungsangebotes

- ⊙ Abschlussritual  
Verabschiedung