

Übungen für zuhause, damit das Schwimmbad nicht ganz vergessen wird ...

Übungen für Elternkind ab ca. 3 Jahre und die Froschkinder

Als erstes: bastelt eine Schatzkiste aus Karton oder ähnlichem.

Erste Stunde zuhause: Atmung und tauchen.

1. Koordinationsaufgabe

Benötigtes Material: Strohhalm, Badewanne oder große Schüssel mit Wasser

Sucht Gegenstände, von denen ihr meint, dass sie schwimmen!

Füllt die Schüssel mit Wasser.

- Löcher hineinpusten
- mit dem Strohhalm Blubberblasen pusten
- Gegenstände nacheinander ins Wasser legen - schwimmen sie? Probiert es aus.
- Gegenstände hin- und her pusten
- dann mit dem Kinn schieben
- und jetzt mit der Nase
- wer traut sich, die Gegenstände mit der Stirn zu schieben?
- Strohhalm und zwei Gegenstände in der Schatzkiste sammeln

