



Wasserwiderstand und -druck entdecken

Kreisel

Gruppenübung

- Gruppe von 2 bis 4 Kindern
- Halten sich an einem Ring fest und laufen oder hüpfen im Kreis

Pferde auf der Weide

Einzelübung

- Kinder laufen wie Pferde durch das Wasser (Hopselauf, galoppieren, springen usw.)

Sprint

Einzelübung

- Kinder laufen auf Signal so schnell es geht auf die andere Seite des Beckens

Hahnenkampf Partner

Partnerübung

- Kinder legen Oberkörper brustseitig/rückenseitig aneinander
- Auf Kommando den Partner wegschieben
- **Achtung:** Schlagen und Stoßen verboten!

Sturm im Hafen

Gruppenübung

- Alle Schüler stehen am Beckenrand, Abzählen zu zweit
- „Einser“ halten sich am Beckenrand fest und erzeugen durch Vor- und Rückwärtsbewegungen heftige Wellen und die „Zweier“ halten sich, am Rücken liegend, am Beckenrand fest und treiben im Sturm