



Wassergewöhnung im Kindergarten



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.
(DLRG Bönningheim / Kirchheim)

Was ist Wassergewöhnung?

Unter Wassergewöhnung in der Kita wird das erste spielerische „Sich-vertraut-machen“ mit dem Element Wasser verstanden. Es handelt sich dabei nicht um einen Schwimmkurs.

- Kinder erlernen den **Umgang mit Wasser** und die Rücksichtnahme auf andere
- **Spaß** und ausgelassener Aufenthalt im Wasser
- **Abbau von Furcht** und hemmendem Respekt vor dem Element Wasser
- **Spielerische Sammlung** von Erfahrungen mit den Eigenschaften des Wassers (z.B. Auftrieb erfahren)
- **Interaktion** mit dem Medium Wasser (z.B. Luft anhalten, Blubbern, Gleiten, Tauchen)
- Wassergewöhnung und Wasserbewältigung sind wichtige Voraussetzungen zum Erlernen des Schwimmens. Dieser Kurs ist kein Schwimmkurs.



Wie kann die Wassergewöhnung in der Kita aussehen?

- **1. Spielerische Elemente zur Wassergewöhnung:** Kinder erlernen durch einfache Bewegungen im Wasser (Hüpfen, Springen, durchs Wasser gehen) mit der Kälte, dem Widerstand und dem Auftrieb umzugehen.
- **2. An Wasserspritzer gewöhnen:** Kinder sind oft schreckhaft, wenn sie Wassertropfen abgekommen, weshalb sie lernen müssen mit der Nässe umzugehen.
- **3. Die Mundatmung lernen:** Mit verschiedenen „Pust-Spielen“ lernen Kinder im Wasser durch den Mund auszuatmen.
- **4. Tauchspiele:** Mit dem Kopf unter Wasser tauchen ist die wohl größte Herausforderung für Kinder.



Das Programm wird den Voraussetzungen der Kinder individuell angepasst.
(auch an die Kinder, welche bereits schwimmen können)



Kooperation TVK-DLRG-KiGa

- **Der TVK bietet in Zusammenarbeit mit dem DLRG eine Wassergewöhnung für alle Vorschulkinder in den Kindertageseinrichtungen. Ziel ist es, dass jedes Vorschulkind ca. 4-6 Wassergewöhnungseinheiten (Anzahl ist abhängig von den Anmeldungen) erfährt.**
- Belegung des Lehrschwimmbades: Mittwoch Nachmittag 14-16 Uhr
- 2 Einheiten mit je 30 Minuten Wassergewöhnung (Bei Bedarf 3 Einheiten)
 - Gruppe 1: 14:45-15:15 Uhr
 - Gruppe 2: 15:30-16:00 Uhr
 - Gruppe 3: 14:00-14:30 Uhr (nur bei Bedarf)
- Je Gruppe können 6 Kinder mitmachen
- Betreuer: Johanna Hekel, Maike Dreher, Rüdiger Bausch, Martina Billen, Lotte Haag, 1 Erzieherin
- Kosten fallen für sie keine an



Ablauf

14:30 Uhr Ankunft Kinder der Gruppe 1 – umziehen (kein Duschen)

14:45 Uhr Kinder Gruppe 1 werden durch die Übungsleiter/innen in der Umkleide abgeholt
gemeinsames Duschen

15:15 Uhr Ankunft Kinder der Gruppe 2 – umziehen (kein Duschen)
Kinder der Gruppe 1 werden durch Eltern angezogen und geföhnt

15:30 Uhr Kinder der Gruppe 2 werden in der Umkleide durch die Übungsleiter/innen abgeholt
gemeinsames Duschen

16:00 Uhr Kinder der Gruppe 2 werden durch Eltern angezogen und geföhnt



Weitere Termine

- 01.10.2025 Informationen werden über Kita-App verteilt und verbindliche Anmeldung ist bis 10.10.2025 möglich
- 15.10.2025 15:00 oder 15:30 Uhr Begehung der Örtlichkeit Lehrschwimmbad
- 22.10.2025 15:00 oder 15:30 Uhr Begehung der Örtlichkeit Lehrschwimmbad
- **29.10.2025 Start** der Wassergewöhnung im Lehrschwimmbad
Einteilung erfolgt durch Frau Sojka



Was wird benötigt?

- Unterschriebene Einverständniserklärung und Datenschutzerklärung
- Badebekleidung (keine Neoprenanzüge)
- Badekappe aus Gummi (erleichtert das Föhnen danach und wird in der Schule sowieso benötigt)
- Duschgel
- Handtuch
- Mütze im Herbst/Winter für danach
- Es werden keine Schwimmbrillen/-hilfen genutzt.



Abmeldung bei Verhinderung

- Sollte ihr Kind bei einem Termin verhindert sein, müssen sie als Eltern ihr Kind abmelden.
- Diese erfolgt **per Mail an familienzentrum@kirchheim-n.de**. Frau Sojka bzw. Frau Joos geben dann die Abmeldungen an den TVK/ DLRG weiter.
- Abgesagte Termine können nicht nachgeholt werden.



Allgemeine Vorbereitung im Kiga und zu Hause

Im Kindergarten:

- Erklärung in Kleingruppen während des Kindergartenalltags was bei der Wassergewöhnung alles sein wird
- Baderegeln erläutern
- Besichtigung des Lehrschwimmbades, um die Örtlichkeit kennen zu lernen
- Thema Wasser behandeln

Zu Hause:

- regelmäßiger Kontakt zu Wasser und spielerische Übungen im Wasser (z.B. in der Badewanne, Dusche oder im Planschbecken) sowie Besuche im Schwimmbad.
- Siehe auch Flyer von der DSV-Jugend



Hallenbad Kirchheim am Neckar

Öffnungszeiten:

Mittwoch: 16.00 - 18.00 Uhr

Donnerstag: 18.00 - 21.30 Uhr

Samstag: 8.00 - 10.00 Uhr

Eintrittspreise:

Erwachsene: 4 Euro

Kinder ab 4 Jahren/Jugendliche bis 18 Jahre: 2 Euro



Fragen?



**Vielen Dank für ihre
Aufmerksamkeit**

