

## Wassergewöhnung

Damit Kinder dem Element Wasser mit Spaß begegnen, ist eine regelmäßige Wassergewöhnung im Elternhaus sehr hilfreich. Das unterstützt nicht nur die Inhalte des Schwimmunterrichts, sondern erleichtert auch alltägliche Dinge wie zum Beispiel das Haarwaschen.

So geht's:

- Schwamm über dem Kopf ausdrücken
- mit beiden Händen Wasser ins Gesicht schöpfen
- Hände auf gut gefülltem Waschbecken stützen, das ganze Gesicht mehrmals kurz ins Wasser tauchen / mit spitzem Mund ein Loch ins Wasser pusten / Namen ins Wasser brüllen
- Gesicht ins Wasser legen und Luft ausblubbern
- Schwimmende Spielsachen durchs Wasser pusten
- beim Duschen das Wasser mit der Handdusche über Kopf und Gesicht laufen lassen