

# Schwimmen, Wasserball, Wasserpringen – Bewegungsgrundformen im Wasser: Rhythmisieren, Tanzen – Rasselbande

Die Kinder nehmen unterschiedliche Rhythmen und Arten von Musik wahr und bewegen sich passend dazu. So trainieren und fördern sie die Bewegungssteuerung, das Rhythmusgefühl sowie die Kreativität.



Du singst altersgerechte Lieder mit unterschiedlichen Rhythmen vor oder spielst sie ab. Die Kinder nehmen den Rhythmus auf und bewegen sich dazu frei und kreativ im Wasser.

## einfacher

- Rhythmus durch Klatschen unterstützen
- Mit unterstützenden Vorgaben (z. B. grosse und kleine Bewegungen) ausführen
- Einen Tanz im Kreis gemeinsam in der Gruppe einüben

## schwieriger

- Geschichten und Figuren zum Imitieren vorgeben
- Gegenstände zum Improvisieren zu r Verfügung stellen (z. B. Reifen, Bälle, Schwimmbretter)

**Material:** Kurze Musikstücke mit klaren, unterschiedlichen Rhythmen, Gegenstände

Quelle: swiss aquatics



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**