



# Pitsch-Patsch-Wasserquatsch

## oder Wassergewöhnung beginnt unter der Dusche

### Zielsetzung:

im Sommer ist es oft viel zu heiß für Bewegungsangebote in der Sporthalle. Der Besuch des Schwimmbades oder die ausgiebige Nutzung des Duschraumes in der Sporthalle können hier mehr als eine willkommene Erfrischung bieten.

Wassergewöhnung – auch in Hinblick auf das spätere Schwimmenlernen – beginnt am Waschbecken, in der Badewanne und unter der Dusche. Der Schwerpunkt dieses Praxisbeispiels liegt darin, durch das spielerische Tun im Duschraum Angst vor der Berührung mit Wasser abzubauen, Spaß am Baden und Planschen zu vermitteln und die Bewegungsumwelt der Kinder und jungen Familien zu erweitern. Dabei sollten die Kinder behutsam und ohne ihr Vertrauen zu enttäuschen, im gemeinsamen Spiel mit dem Element Wasser vertraut gemacht werden.

**Zeit:** ca. 1 Stunde

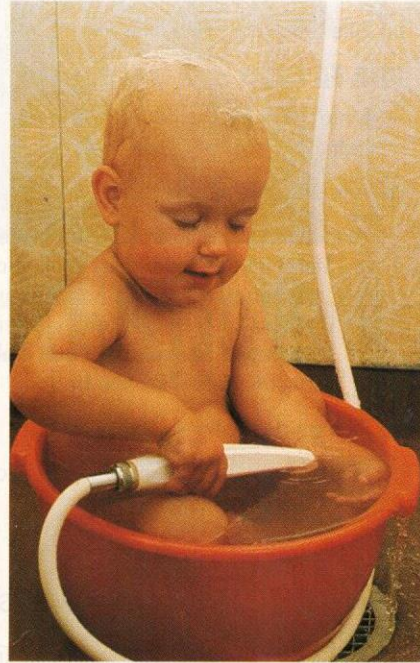
**Teilnehmer/-innen:**

Eltern-Kind-Gruppe oder ca. 15 Vorschulkinder


**Raum:** Duschraum ohne Trennwände

**Material:**


Malseife (Cäp't'n Paletti, Spielwarengeschäft) oder Rasierschaum aus der Dose, große Abdeckplatte (Gartenbedarf), Wasserbehälter wie Eimer, Plastikschüsseln und Joghurtbecher, Schwämme, Waschlappen, Wasserspielzeug, Tennisbälle, Klötze, Steine, Legosteine.





### Stundenverlauf/Inhalte

 = Organisation

#### EINSTIMMUNG


 Begrüßung im Umkleideraum, kurzes Gespräch über Duschen, Waschen, Baden etc. und Einladung zur Spielstunde im Duschraum

 Kreisgespräch

 Alle bemalen sich selbst und/oder andere mit bunter Malseife. Auch lustige Punkfrisuren sind möglich.


**Alternative:**


Einschäumen des ganzen Körpers mit viel Rasierschaum


 Einzeln oder paarweise im Umkleide- oder Duschraum

#### HAUPTTEIL

#### WIR WOLLEN NICHT NASS WERDEN


 Um die bunte Bemalung noch nicht abzuwaschen, versuchen alle, trotz laufender Duschen, nicht naß zu werden, indem sie sich zwischen Duschstrahl und Wand herschlingeln


 Alle hintereinander


 Unter den Eltern herkrabbeln, die als schützende Dächer im hohen Liegestütz das Wasser fernhalten


### Absichten/Gedanken

 = Absichten/Gedanken


 = Hinweis


 Orientierung, Einstimmung

 taktile Ganzkörpererfahrung, Spaß, spielerisches Einseifen

 Malseife malt am besten auf trockener Haut

Vor dem Anstellen der Duschen mit der Gruppe ein Signal vereinbaren, bei dem keine Dusche mehr ange stellt wird und alle zuhören.

 Spielerisches Ausleben möglicher Ängste vor dem Wasser

 Gruppenerlebnis



## Stundenverlauf/Inhalte

☐ = Organisation

- ☐ Eltern dicht nebeneinander. Große Kinder hintereinander
  - – große Eimer und Schüsseln als Dächer benutzen
- ☐ Jede/r für sich
  - – unter einer großen Abdeckfolie Schutz suchen
- ☐ Alle unter der Folie

### WIR FANGEN DAS WASSER EIN

- Einfangen des Duschwassers in der Abdeckfolie durch Hochhalten der Ränder
- ☐ Alle um die Folie verteilt
  - Aktivitäten mit dem Duschwassersee in der Folie:
    - Sturm im See mit hohen Wellen durch Rütteln an der Folie
    - „Können wir den See hochheben“?
    - Der See kann in der Folie kreisen (Durch entsprechendes Heben und Senken der Folie fließt das Wasser im Kreis)
    - Manche wollen im See baden
- ☐ Alle an der Folie
  - Ausgießen des Wassers in mitgebrachte Behälter
- ☐ Alle helfen mit

### WIR WASCHEN UNS DOCH

- Mit dem aufgefangenen Wasser, Schwämmen und Waschlappen waschen und duschen sich alle gegenseitig ab. Die abwaschende Person fragt jeweils: „Wo darf ich Dich waschen?“ und wäscht und spült nur diesen Körperteil ab.
- ☐ Paarweise/Partnerwechsel
  - Nun sind alle so naß, daß sie ein Körperteil nach dem anderen direkt unter die laufende Dusche halten, bis sie vielleicht ganz darunter stehen.

### UND SPIELEN NOCH EIN BISSCHEN

- Die großen Behälter voll Wasser laufen lassen und testen, welche der mitgebrachten Materialien schwimmen oder untergehen.
- ☐ Freie Aufstellung um die Behälter
  - Mit den Füßen nach den Materialien angeln und sie nach Farbe, Form oder Schwimmfähigkeit sortieren.
- ☐ Im Sitzen um die Behälter

### AUSKLANG

- Singen und Spielen des nachfolgenden Liedes:
- ☐ Singkreis um die Wasserbehälter

## Absichten/Gedanken

● = Absichten/Gedanken  
☐ = Hinweis

- Spielerischer Umgang mit dem Wasser
- ☐ Ränder der Folie etwas einrollen, damit sie nicht reißt und besser gehalten werden kann
- Erlebnis der Schwere von Wasser
- Gruppenerlebnis

- Behutsamer Umgang mit Waschen, vertrauensvolles Heranführen an Abduschen
- ☐ Darauf achten, daß niemand Vertrauen mißbraucht und wild herumputzt.
- Schrittweises Heranführen an das Duschen
- ☐ Freiwilligkeit der Kinder beachten

- Materialerfahrung

- Förderung des Fußgeschickes sowie der Materialerfahrung

- Gruppenerlebnis und fröhlicher Ausklang

Literatur: K.-H. Lorenz, G. Stein Eltern-Kind-Turnen, Bewegung und Spiel miteinander erleben, Celle 1988

Wenn mei-ne Für-got muss-dat sind, dann zap-peln sie hor-um. Sie  
plarr-schon und sie sprit-zell auch hei wi-di, wi-di, beem!

2. Wenn meine Hände nuckel-sind,  
dann zappeln sie herum.  
Sie plackern fest aufs Wasser drauf,  
hei wickel wickel beem!

3. Wenn meine Füße nuckel-sind,  
dann wackeln sie herum.  
Sie trauern fest ins Wasser rein,  
hei, wickel wickel beem!

(Lorenz/Stein, 1988)