

Een zwembad in de gymles:

Laat de kinderen badkleding aandoen tijdens de gymles om in de sfeer te komen. Teken met krijt in de gymzaal een groot "zwembad". Zet er veel banken omheen; deze stellen de rand van het bad voor. De zwemjuf, met fluit uiteraard, geeft opdrachten als:

- "Spring van de kant in het water."
- "Zwem nu allemaal naar de overkant."
- "Zwem op je buik vooruit."
- "En nu achteruit."
- "Zwem achteruit op je rug."
- Om botsingen te voorkomen geeft u bij iedere opdracht de richting aan waarin de kinderen moeten "zwemmen".
- "We gaan langzaam lopen in het water." Eerst langzaam vooruit, daarna achteruit. Geef het ritme aan met een tamboerijn.
- "Nu gaan we snel lopen." Weer eerst vooruit en dan achteruit.
- "Nu blijven we op dezelfde plaats en gaan we watertrappelen." Geef hierbij ook het ritme aan.
- "Nu gaan we liggen ("drijven") in het water." Bij een fluitsignaal van de zwemjuf moeten de kleuters zo snel mogelijk op de kant klimmen.
- "Spring op mijn fluitsignaal allemaal tegelijk zover mogelijk in het water." Daarna moeten de kinderen weer op de kant klimmen en dan om de beurt in het water springen, op uw signaal (hiermee oefent u de sociale ontwikkeling; ze moeten op elkaar wachten).
- "We spelen "reddend zwemmen". U maakt groepjes van twee, waarbij u erop let dat de partners even groot en sterk zijn. Laat een van de twee op de rug in het water gaan liggen. Deze zwemmer roept dan: "Help, ik verdrink!" De partner gaat hem dan redden en trekt hem aan zijn oksels mee naar de kant. Daarna gaat de redder te water om gered te worden.
- "Ga op je rug in het water liggen." Nu doen de kinderen een evenwichtsoefening. Op uw signaal spetteren ze met

hun benen. U maakt het moeilijker door hen met armen en benen tegelijk te laten spetteren.

- "Ga nu rollen in het water." Terwijl de kinderen op de grond liggen, rollen ze van links naar rechts en andersom.
- "We doen alsof we heel diep in het water lopen. Het water staat tot aan je lippen. Hoe loop je dan?" (Op je tenen.)
- "We doen alsof we onder water lopen. Knijp met je hand je mond en neus goed dicht." Laat de kinderen zich ook nog voorstellen dat ze iets in hun andere hand hebben wat beslist niet nat mag worden. Die hand moeten ze dus boven hun hoofd uitsteken om het "voorwerp" boven water te houden. Laat hen op deze manier voor- en achteruit lopen (oefening van het evenwicht).