Einführung		4
1.	Übersicht über die Spiele	5
2.	Tipps und Tricks aus der Praxis	9
2.1	Vor der ersten Schwimmstunde: Eine Checkliste	9
2.2	Im Hallenbad: Eine Checkliste für Kinder und Lehrer	9
2.3	Signale im Schwimmunterricht	9
2.4	Das Tragen von Schwimmbrillen: ein oftmals heikles Thema	10
2.5	Baderegeln/Sicherheitsregeln	10
2.6	Umgang mit ängstlichen Kindern	10
2.7	Unsere Sicherheitsregeln	11
3.	Spiele	12
	Spiele zur Wassergewöhnung:	13
	Wasser ist nass	13
	Sich im Wasser fortbewegen (Umgang mit dem Wasserwiderstand)	19
	Wasserbewältigung	
	Spiele zur Wasserbewältigung:	32
	Spiele zum Auftrieb	34
	Spiele zur Atmung	40
	Spiele zum Gleiten	46
	Vielseitiges Springen	52
	Spiele zum Tauchen	58
	Vielseitige Schwimmspiele	
	Vielseitige Schwimmspiele	66
4.	Anhang	76
4.1	Elternbrief	76
4.2	Checkliste für den Schwimmlehrer	77
4.3	Signalkarten	78
4.4	Checkliste zur Wassergewöhnung	80
	Checkliste zur Wasserbewältigung	81
	Bildkarten für das Spiel "Wo ist was?"	82
5.	Würfelstationen zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung	83