

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Erst die Zehen, dann das Knie... - Übungen und Spiele zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Erst die Zehen, dann das Knie ... – Übungen und Spiele zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung

Klassen 1 und 2

Ein Beitrag von Stefanie Strohmeier, Ingolstadt
Illustrationen von Carmen Hochmann, Bielefeld

„**E**rst die Zehen, dann das Knie – Angst vorm Wasser braucht man nie!“ So werden die Schüler in dieser Unterrichtseinheit spielerisch an das Bewegen im Wasser herangeführt. Sie lernen Wasser als tragfähiges Element kennen und gewinnen zunehmend Sicherheit bei der Wasserbewältigung. Und zum Schluss begeben sie sich ins Reich des Wasserkönigs, das mit einigen Abenteuern auf sie wartet!



colourbox.com

Im Wasser zu spielen macht Spaß!

Das Wichtigste auf einen Blick

Lernbereich:

Wassergewöhnung und Wasserbewältigung, Schwimmen

Themen:

- Verhaltens- und Hygieneregeln im Schwimmbad kennen
- Gewöhnung an das Element Wasser
- spielerisches Bewegen im Wasser

Kompetenzen:

- sich angstfrei im Wasser bewegen
- sich angemessen im Hallenbad verhalten
- erste Schwimmzüge beherrschen

Klassen: Klassen 1 und 2

Dauer: 6–7 Unterrichtsstunden

Organisatorisches:

Informieren Sie die Eltern bei einem Elternabend über die Termine und die Verhaltensregeln im Schwimmbad.

Fragen Sie evtl. eine Kollegin/einen Kollegen oder zwei bis drei Eltern nach Unterstützung während bzw. nach dem Schwimmunterricht.



Alle Materialien finden Sie auf der **beiliegenden CD 5** in veränderbarer Form.

Was sollten Sie zu diesem Thema wissen?

Hygienevorschriften und Verhaltensregeln in Schwimmbädern

Jedes öffentliche Schwimmbad hat feste Hygiene- und Verhaltensregeln, die meist bereits im Eingangsbereich des Schwimmbads und nochmals in den Umkleiden, in den Duschräumen und im Schwimmbereich angebracht sind. Dazu gehört zum Beispiel, dass man sich mit Seife oder Duschgel abduscht, bevor man ins Schwimmbecken steigt, und im Nassbereich evtl. Badeschuhe trägt, um eine Übertragung von ansteckenden Hautkrankheiten zu vermeiden. Um sich und andere nicht zu gefährden, ist Laufen oder Rennen verboten. Außerdem darf nur an markierten Stellen vom Beckenrand ins Wasser gesprungen werden, falls sich dort keine anderen Badegäste aufhalten. Es darf niemand ins Wasser geschubst oder im Wasser untergetaucht werden. Generell muss man sich so verhalten, dass sich keine anderen Badegäste gestört fühlen. Die Bademeister vor Ort geben bei Bedarf weitere Hinweise.

Worauf müssen Sie bei der Vorbereitung und Durchführung achten?

Vorbereitung des Schwimmbadbesuchs

- Informieren Sie bereits beim Elternabend am Schulanfang über den kommenden Schwimmunterricht und geben Sie die entsprechenden Termine schriftlich bekannt. Weisen Sie auf die benötigten Utensilien hin und bitten Sie evtl. zwei bis drei Eltern, beim Föhnen nach dem Schwimmunterricht zu helfen.
- Der Gesundheitszustand der Kinder muss überprüft bzw. von den Eltern bestätigt werden. Bei Erkältung oder Ohrenschmerzen sollten die Kinder nicht am Schwimmunterricht teilnehmen.
- Organisieren Sie einen zweiten Erwachsenen oder Kollegen als zusätzlichen Schwimmlehrer. Dieser kann sich um die Kinder kümmern, die bereits schwimmen können. Außerdem kann er die Schüler betreuen, wenn Sie im Notfall mit einem Kind den Schwimmbereich verlassen müssen. Allerdings sind die Anforderungen für diesen Personenkreis sehr hoch: Neben einem polizeilichen Führungszeugnis brauchen sie oftmals ein Rettungsschwimmabzeichen in Silber. Halten Sie mit der Schulleitung oder mit dem Fachberater für Sport darüber Rücksprache, um sich abzusichern.
- Besprechen Sie am Tag vor der Schwimmstunde nochmals mit den Schülern die benötigten Badesachen und lassen Sie diese ins Hausaufgabenheft schreiben.

Durchführung des Schwimmbadbesuchs

- Eine Doppelstunde Schwimmen beinhaltet den Weg zum Schwimmbad und zurück, die Zeit zum Umziehen (ca. 10 Minuten) und das Duschen, Abtrocknen, Umziehen und Föhnen nach dem Schwimmen (zum Teil bis zu 30 Minuten für Kinder mit langen Haaren). Die verbleibende Zeit im Wasser liegt bei einer Doppelstunde von 90 Minuten nur noch bei ca. 30–40 Minuten – je nach Distanz zur Schule entsprechend weniger.
- Die Kinder sollten nicht direkt vor dem Schwimmunterricht essen (es sollte ca. eine Stunde dazwischen liegen).
- Überprüfen Sie immer wieder die Anzahl der Schüler (vor dem Gang zum Schwimmbad, bei Ankunft an der Schwimmhalle, vor Betreten des Badebereichs, vor dem Verlassen des Badebereichs, vor dem Weggang aus dem Schwimmbad).
- Achten Sie beim Schwimmen auf absolute Disziplin. Unfälle im und am Wasser können schnell lebensbedrohlich werden. Deshalb müssen alle Schüler genau hinhören und Ihren Anweisungen Folge leisten. Vereinbaren Sie bei schlechter Akustik im Schwimmbad visuelle Zeichen mit den Kindern. Überlegen Sie sich schon im Vorfeld geeignete Maßnahmen für den Fall, dass sich einzelne Kinder nicht entsprechend verhalten.
- Betreten Sie immer als Erster den Badebereich und verlassen Sie diesen als Letzter. Holen Sie die Schüler nach dem Umziehen in der Umkleidekabine ab, besprechen Sie mit den Kindern das Ziel der Unterrichtsstunde und schicken Sie die Kinder erst dann zum Duschen.

- Wenn ein Kind auf die Toilette muss, muss es sich zuvor bei Ihnen abmelden und später auch wieder zurückmelden.
- Schicken Sie die Schüler nach der Schwimmstunde zum Duschen und Haarewaschen. Weisen Sie sie darauf hin, dass sie beim Duschen, Umziehen und Fönen nicht trödeln sollen.
- Wenn alle Kinder den Badebereich verlassen haben, gehen Sie diesen nochmals ab, kontrollieren Sie den Wasserbereich und überprüfen Sie, dass sich keine Schüler und keine Gegenstände im Bad befinden.
- Im Winter sollten die Kinder ihren Kopf beim Verlassen des Bades mit einer Mütze oder Kappe bedecken.

Was machen Sie, wenn ...

- ... Schüler aus religiösen Gründen nicht zum Schwimmen gehen dürfen?
Da Schwimmen ein Lerninhalt des Sportunterrichts und somit für alle Schüler verpflichtend ist, muss eine entsprechende Regelung über die Schulleitung erfolgen. Möglicherweise gibt auch das zuständige Schulamt Anordnungen dazu vor.
- ... Schüler krankheitsbedingt nicht am Schwimmunterricht teilnehmen können?
Bitten Sie prophylaktisch eine Kollegin oder einen Kollegen, dass entsprechende Kinder während des Schwimmunterrichts mit Arbeitsmaterial in deren Klasse betreut werden. Gibt es dafür keine Möglichkeit, sollen diese Schüler barfuß in T-Shirt und kurzer Hose am Rand des Badebereichs sitzen und zusehen.
- ... Schüler Angst vor Wasser haben?
Erzwingen Sie nichts. Vielleicht haben diese Kinder schlechte Erfahrungen diesbezüglich gemacht. Ermuntern Sie die Kinder, die Angst in kleinen Schritten zu überwinden, und loben Sie kleine Erfolge. Schaffen Sie Vertrauen, sodass die Kinder mit Ihnen über ihre Ängste reden können.
- ... Schülern im Wasser kalt wird?
Frieren im Wasser kann zu Krämpfen führen! Sorgen Sie für ausreichend Bewegungszeit im Wasser und vermeiden Sie lange Pausen außerhalb des Beckens. Sollte einzelnen Kindern dennoch kalt werden (Anzeichen: blaue Lippen, Zittern), dürfen sich diese für kurze Zeit mit einem Handtuch auf die Bank setzen und sich aufwärmen.

Welche Medien können Sie zusätzlich nutzen?

Taube, Christof: Vom Gleiten zum Schwimmen. Grundschule Falkstraße, Herford 2008. (christof@wasserfreunde-bielefeld.de)

Hier werden hilfreiche Tipps mit Vorüberlegungen zur Vorbereitung des Schwimmunterrichts gegeben.

Resch, Johann; Castellani, Silvester; Kuntner, Ulrike: Spielend schwimmen lernen. Hrsg. vom Bundesministerium für Bildung, Wissenschaft und Kultur, Abt. V/5. Wien 2002.

Diese PDF-Datei bietet neben Hintergrundinformationen zum Erlernen des Schwimmprozesses viele praktische Anregungen und Hinweise zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung auch für ältere Kinder.

Rix, Achim; Dräger, Lutz-Rainer; Diederley, Hartmut: Einfach schwimmen lernen. 1.–4. Klasse. Der Leitfaden für den Schwimmunterricht. 3. Auflage. Persen-Verlag, Hamburg 2003.

In diesem Buch werden theoretische Hintergrundinformationen, fertige Stundenbilder mit Bildtafeln und ein mögliches Schwimmportfolio angeboten.

Erst die Zehen, dann das Knie ... – Die Unterrichtseinheit im Überblick

Std.	Worin liegt der Stundenschwerpunkt?	Was benötigen Sie?	Was müssen Sie vorbereiten?
1	Hurra, wir gehen ins Schwimmbad! – Verhaltens- und Hygieneregeln im Schwimmbad	M 1: Bildkarten M 2: Arbeitsblatt „Wir gehen ins Schwimmbad“ <u>Zusatzmaterial:</u> gepackte Badetasche mit Badehose/Badeanzug, Handtuch, Duschgel, Shampoo, Badeschuhe, Bürste	Badetasche packen
2/3	Erst die Zehen, dann das Knie, Angst vorm Wasser braucht man nie! – Spielerisches Heranführen an Bewegungen im hüft hohen Wasser	M 3: Übungskarten <u>Geräte:</u> 2 Schwimmnudeln pro 3er-Gruppe	Schwimmnudeln und Übungskarten bereitlegen (ggf. laminieren)
4/5	Alle Entchen schwimmen auf dem See – Wasser als tragfähiges Element erfahren	M 4: Übungskarten <u>Geräte:</u> 1 Schwimmnudel pro Paar, 1 Schwimmbrett pro Kind <u>Zusatzmaterial:</u> 1 Luftballon oder 1 kleiner Plastikball pro Kind	evtl. Luftballons vorab aufblasen bzw. Plastikbälle bereitlegen, Schwimmnudeln, Schwimmbretter und Übungskarten bereitlegen (ggf. laminieren)
6/7	Im Reich des Wasserkönigs – Spiele zur Überwindung der Angst vor Spritzwasser	M 5: Fangspiele im Wasser <u>Geräte:</u> 1 Schwimmbrett pro 3er-Gruppe, für die Hälfte der Schüler je 1 Softball	Schwimmbretter und Bälle bereitlegen



Wie können Sie den Aufbau der Einheit variieren?

Je nachdem, wie viel Vertrauen Ihre Schüler in das Element Wasser haben, können Sie die Stunden 2 bis 5 zusammenfassen. Ist eine zusätzliche Lehrkraft anwesend, können die Kinder nach ihren individuellen Voraussetzungen in Gruppen mit unterschiedlichem Anspruchsniveau aufgeteilt werden.

1. Stunde: Hurra, wir gehen ins Schwimmbad! – Verhaltens- und Hygieneregeln im Schwimmbad

Kompetenz: Die Kinder kennen die Verhaltens- und Hygieneregeln des örtlichen Schwimmbads.

Phase	Durchführung	Checkliste
Hinführung	<p>Wir gehen ins Schwimmbad</p> <p>Informieren Sie die Kinder über den anstehenden Schwimmbadbesuch. Die Schüler überlegen im gemeinsamen Unterrichtsgespräch, was alles zu beachten ist.</p>	Sitzkreis im Klassenzimmer
Hauptteil	<p>Ich bin doch kein Schmutzfink! – Hygieneregeln</p> <p>Zeigen Sie eine gefüllte Badetasche im Sitzkreis und lassen Sie die Schüler Vermutungen zum Inhalt anstellen. Packen Sie langsam die Tasche aus, benennen Sie die einzelnen Gegenstände und erklären Sie deren Zweck. Erläutern Sie anschließend die Hygieneregeln für das örtliche Schwimmbad.</p> <p>Ich weiß Bescheid – Verhaltensregeln im Schwimmbad</p> <p>Besprechen Sie mit den Kindern die Verhaltensregeln im Schwimmbad mithilfe der Bildkarten. Wenn die Kinder schon schreiben können, übertragen sie das Gelernte auf das Arbeitsblatt.</p> <p>Differenzierung: Die Kinder können die Gegenstände und Regeln auch in selbst gemalten Bildern festhalten.</p>	<p>Badetasche, gepackt mit Badeanzug bzw. Badehose, Handtuch, Duschgel, Shampoo, Badeschuhe, Bürste</p> <p>M 1, M 2</p>
Abschluss	<p>Scharade</p> <p>Ein Schüler stellt pantomimisch einen zum Schwimmen benötigten Gegenstand oder eine Verhaltensregel dar. Die anderen müssen dies erraten und nochmals erklären.</p>	

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Erst die Zehen, dann das Knie... - Übungen und Spiele zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

