

SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Bildkarten: Schwimmunterricht für Fortgeschrittene

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de



Vorwort	4
1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps	5
1.1 Rechtliche Hinweise	5
1.2 Sicherheit und Struktur durch Regeln und Rituale	5
1.3 Besonderheiten des Elementes Wasser	6
1.4 Wichtige Hinweise und Tipps	7
1.5 Materialien und deren Verwendung im Schwimmunterricht	8
1.6 Schwimmbekleidung	9
1.7 Umgang mit ängstlichen Schülerinnen und Schülern	9
1.8 Organisations- und Sozialformen	10
2 Begründung und Erläuterung des zugrunde gelegten Vermittlungsansatzes	12
3 Kopiervorlagen mit methodischem Kommentar	14
4 Bildkarten	34
4.1 Einsatz und Arten von Bildkarten	34
4.2 Motive der Bildkarten	35

Liebe Kollegin, lieber Kollege,

der Schwimmunterricht stellt für viele Sportlehrkräfte eine große Herausforderung dar. Dies liegt vor allem daran, dass ihm gemeinsam mit wenig anderen Sportarten vorbehalten ist zusätzlich zu den vielen Anforderungen des Sportunterrichts im Element Wasser stattfinden zu können. Dadurch ergeben sich Fragestellungen, die sich im „normalen Sportunterricht“ nicht ergeben und die für viele Lehrpersonen Hindernisse darstellen. Dabei bietet gerade der Schwimmunterricht durch das Wasser viele Vorteile und Chancen, die im Sportunterricht in der Halle oder draußen nicht geboten werden können.

Von Jahr zu Jahr gibt es mehr Ertrinkungstote, die sich meist selbst überschätzen, weil sie keine sicheren Schwimmerinnen und Schwimmer sind und die Gefahren im Wasser nicht richtig einschätzen können. Umso wichtiger ist es, dass Kinder sich sicher im Wasser bewegen können und die Baderegeln und Gefahren im Wasser kennen. Dazu kann der Schwimmunterricht in der Schule einen wichtigen Beitrag leisten. Mithilfe der Bildkarten und des Begleithefts können Sie Ihre Schülerinnen und Schüler dabei unterstützen, sich zu sicheren Schwimmerinnen und Schwimmern in drei Schwimmarten zu entwickeln. Die Themenabfolge sowie die Übungen sind in Progression vom Leichten zum Schweren, vom Einfachen zum Komplexen sowie vom Bekannten zum Unbekannten aufgebaut.

Das vorliegende Material ist für Kinder ausgelegt, die bereits Wassererfahrungen gesammelt haben und über Kompetenzen in den Grundfertigkeiten des Schwimmens (Atmen, Tauchen, Gleiten, Auftreiben und Schweben, Rollen, Drehen, Antreiben/Fortbewegen sowie Springen im und ins Wasser) verfügen und sich vielfältig im Wasser bewegen können. Darauf aufbauend und vertiefend werden über Gleiten und Antreiben die Schwimmarten Rücken-, Kraul- und Brustschwimmen gelernt bzw. gelehrt.

Das Begleitheft und die dazugehörigen Bildkarten bieten rundum einen strukturierten und sicheren Rahmen für den Schwimmunterricht sowohl für Schwimmlehrkräfte als auch für fortgeschrittene Schwimmschülerinnen und -schüler.

Das Kernstück stellen die **Bildkarten** dar. Sie bauen aufeinander auf und sollten in der vorgegebenen Reihenfolge im Schwimmunterricht eingesetzt werden. Sie sind mit methodischen Hinweisen versehen, die der Lehrkraft Tipps bieten. Lehrerinnen und Lehrer sowie Schülerinnen und Schüler werden mithilfe der unterschiedlichen Übungen auf den Bildkarten Schritt für Schritt angeleitet und die Kinder werden so gezielt aber spielerisch zu sicheren Schwimmerinnen und Schwimmern.

Die Bildkarten bieten:

- ausgearbeitete fachliche Bewegungserklärungen und schülergerechte Hinweise
- methodische und organisatorische Tipps
- kindgerechte Vorstellungsbilder und Problemstellungen
- sukzessiv aufeinander aufbauende Übungen
- Spielideen passend zum Lern- und Übungsbereich
- Variations- und Differenzierungsmöglichkeiten

Das **Begleitheft** stellt das theoretische Fundament für den Schwimmunterricht und die vorliegenden Bildkarten dar. Hier werden der zugrunde liegende Vermittlungsansatz, allgemeine Informationen und Praxistipps, rechtliche Hinweise, Besonderheiten in Bezug auf das Element Wasser sowie vielfältige Kopiervorlagen für einen strukturierten Schwimmunterricht bereitgestellt.

Viel Spaß und Erfolg beim Ausbilden Ihrer Schülerinnen und Schüler im Schwimmunterricht!

Sarah Kohl

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

Dieses Kapitel bietet allgemeine wichtige Informationen, die Sie vor dem Schwimmunterricht wissen müssen, um sich und Ihre Schülerinnen und Schüler abzusichern. Viele der Inhalte sind allgemeingültig, können aber je nach Bundesland etwas abweichen. Bitte informieren Sie sich vorher im Schulgesetz über aktuelle Verordnungen, Erlasse und erforderliche Nachweise den Schwimmunterricht betreffend, die in Ihrem jeweiligen Bundesland gelten. Hausordnungen von den Bädergesellschaften der Schwimmbäder geben ggf. Regelungen oder Hygienekonzepte vor, an die Sie sich halten und über die Sie sich im Vorfeld informieren müssen. Ebenso ist mit Rettungsvorkehrungen und Fluchtwegen zu verfahren.

1.1 Rechtliche Hinweise

Schwimmen ist eine Schulsportart mit „besonderen Aufsichtsanforderungen“. Dies ist unter anderem im Vorhandensein des Elementes Wasser begründet.

Aufsicht:

- Die Aufsicht ist stets erforderlich, unmittelbar, aktiv, präventiv, kontinuierlich und unter den jeweiligen sportartspezifischen Anforderungen zu führen. Hierzu gehört zum Beispiel, dass die Lehrperson als Erstes in die Schwimmhalle hineingeht und diese auch als Letztes wieder verlässt.
- Die Aufsicht für die Schülerinnen und Schüler im Schwimmunterricht obliegt der verantwortlichen Lehrkraft, ist nicht übertragbar und gilt durch die Schulleitung zu gewährleisten und sicherzustellen.
- Der Einsatz, die Beschaffenheit und die Wirkungsweise von Hilfskräften ist in entsprechenden Gesetzestexten und ihren Erläuterungen nachzulesen. Zumindest sollten Hilfskräfte schwimmen können.
- Über zulässige Gruppengrößen muss sich informiert und der Unterricht entsprechend organisiert werden. Gegebenenfalls muss aufgrund der Anzahl der Kinder eine zweite, zum Schwimmunterricht und zur Aufsicht qualifizierte Lehrkraft bereitgestellt werden.
- Die Aufsicht führende Lehrkraft muss die gesamte Lerngruppe zu jeder Zeit im Schwimmunterricht im Blick haben und muss sich dementsprechend im Schwimmbad positionieren oder ggf. aufgrund der Gegebenheiten eine zweite, zur Aufsicht und für den Schwimmunterricht qualifizierte, Lehrkraft bereitgestellt bekommen.
- Dabei ist es möglich, die Aufsicht im oder außerhalb des Wassers wahrzunehmen.
- Die Aufsicht führende, qualifizierte Lehrkraft muss alle potenziellen Gefahrenquellen, die im und mit

dem Schwimmbad verbunden sind, kennen und für sich und ihre Schülerinnen und Schüler einschätzen können.

Qualifikation der Lehrkraft:

- Der Schwimmunterricht darf nur von fachkundigen Lehrkräften, Sportlehrkräften sowie Lehrkräften mit der Qualifikation Schwimmunterricht in der Schule erteilt werden.
- Der Schwimmunterricht darf nur erteilt werden, wenn gültige Erste-Hilfe-Maßnahmen und die Rettungsfähigkeit nachgewiesen werden können und entsprechende Zertifikate und Ausweise bestehen.

Allgemeine Hinweise:

- Die Schülerinnen und Schüler dürfen die Schwimmhalle nicht ohne die Lehrperson betreten. Die Lehrperson informiert und macht sich ein Bild von den Gegebenheiten in der Schwimmhalle, sie handelt im Sinne ihrer Aufsicht präventiv.
- Eingangsbereiche, Umkleiden, Duschen und Ausgangsbereiche müssen wie die Schwimmhalle beaufsichtigt werden.
- Die Schwimmlehrkraft muss Badebekleidung tragen. Diese kann unter der sportlichen Bekleidung getragen werden.

1.2 Sicherheit und Struktur durch Regeln und Rituale

Sichern Sie sich und Ihre Schülerinnen und Schüler im und um den Schwimmunterricht ab, um für alle das geringste Verletzungsrisiko zu erreichen. Dies ist durch das eigene Informieren vorab sowie durch das Aufstellen von Regeln und das Einüben von Ritualen sehr gut zu gewährleisten. Durch die meist schlechte Akustik in Schwimmhallen helfen Regeln und Rituale dabei, die Kommunikation zwischen Lehrpersonen und Kindern zu erleichtern und die Stimme zu schonen. Eine Checkliste für Sie als Lehrperson sowie weitere Übersichten für Kinder und Eltern finden Sie auf den Seiten 22–25.

Sicherheit und allgemeines Verhalten:

- Fragen Sie schriftlich ab, über welche Fähigkeiten im Schwimmen Ihre Schülerinnen und Schüler verfügen (Kopiervorlage Seite 23).
- Fragen Sie schriftlich ab, an welchen für den Sport- und Schwimmunterricht möglichen relevanten Krankheiten Ihre Schülerinnen und Schüler leiden (Kopiervorlage Seite 23).
- Lernen Sie selbst die örtlichen Gegebenheiten in der Schwimmhalle kennen, machen Sie sich vor Ort ein

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

- Bild und erkennen Sie so mögliche Gefahren oder Besonderheiten.
- Machen Sie sich mit der Hausordnung des Schwimmbades vertraut.
 - Besprechen Sie mit den Kindern die Baderegeln.
 - Zeigen Sie Ihren Schülerinnen und Schülern die Schwimmhalle, erklären Sie dort alles, laufen Sie gemeinsam Wege ab, klären Treffpunkte, geben Sie an, wo etwas abgelegt werden kann und wo Material zu finden ist.
 - Erläutern Sie auch, wer, wann und wie in den Materialraum darf und wie mit dem Material umzugehen ist.
 - Weisen Sie auf die Rutschgefahr hin, erläutern Sie, wie man im Schwimmbad läuft.
 - Erklären Sie, wann und wie geduscht werden soll. Als Ablauf für den Schwimmunterricht bietet es sich an, erst alles zu besprechen, dann die Kinder zum Duschen zu schicken und danach im Becken zu unterrichten. Das Vorgehen begründet sich in der Verdunstungskälte.
 - Erklären Sie, den Eltern auch schriftlich, welche Schwimmsachen gepackt werden sollen (Kopiervorlage Seite 22).
 - Erläutern Sie den Kindern, den Eltern auch schriftlich, welche Schwimmbekleidung die passende ist und welche Schwimmbrillen im Unterricht getragen werden können (Kopiervorlage Seite 22). Überlegen Sie sich, ob es von Vorteil ist, wenn Kinder eigene Flossen mitbringen. Erklären Sie, welche Typen von Flossen im Schwimmunterricht genutzt werden können.
 - Verdeutlichen und erklären Sie, den Eltern auch schriftlich, was passiert, wenn ein Kind nicht aktiv am Schwimmunterricht teilnehmen kann (Kopiervorlage Seite 22).
 - Zeigen Sie die Umkleide, erklären Sie, wie und wo Kleidung abgelegt werden soll.
 - Klären Sie im Kollegium, wer in welche Umkleide darf. Generell gilt, dass sich die Kinder alleine umziehen sollten. Muss eine Lehrperson die Umkleide betreten, sollte Sie dies vorher ankündigen und darum bitten, dass die Kinder sich vorher bekleiden.
 - Die Lehrperson sollte sich separat von den Kindern umziehen. Auf genderspezifische Unterschiede sollte hinreichend geachtet werden.
 - Die Kinder müssen sich abmelden, wenn sie zur Toilette müssen. Klären Sie das vorab.
 - Bei manchen Lerngruppen bietet es sich, einige Organisationsformen vorab in einer Halle zu verdeutlichen und zu üben (Kopiervorlagen Seiten 15–21).

- Wechseln und passen Sie die Organisations- und Sozialformen entsprechend Ihres Inhalts an (siehe Punkt 2.8).
- Organisieren Sie das Springen aus unterschiedlichen Höhen. Vereinbaren Sie Handzeichen zum Abspringen und seien Sie hier immer direkt vor Ort. Es sollte nur allein in eine ausreichend große und tiefe Wasserfläche gesprungen werden. Sprungbereiche sollten für alle sichtbar markiert werden. Auf Anläufe, Rückwärtssprünge sowie Saltos sollte, ohne dass es konkret Unterrichtsinhalt ist, verzichtet werden, das Verletzungsrisiko erhöht sich bei solchen Sprüngen um ein Vielfaches.

Regeln und Rituale:

- Machen Sie transparent, was passiert, wenn Schülerinnen und Schüler sich nicht an die vereinbarten Regeln halten.
- Führen Sie Rituale ein, die den Kindern Sicherheit und Routine im Schwimmunterricht bieten. Diese können z. B. sein: gemeinsamer Treffpunkt, besondere Begrüßung, individuelle Aufwärmzeit in bestimmtem Wasserbereich, gemeinsames Spiel zu Beginn oder am Ende.
- Ersetzen Sie Gesprochenes durch Zeichen in Ihrer Körpersprache oder durch andere akustische Signale. Zum Beispiel kann zweimaliges Pfeifen bedeuten: Bewegung stoppen und zu einem bestimmten Sammelpunkt kommen. Das schont die Stimme, gleichzeitig ist der Unterricht organisierter und strukturierter.

1.3 Besonderheiten des Elementes Wasser

Wasser besitzt andere Eigenschaften als Luft. Der Aufenthalt im Wasser wirkt sich auf den Körper aus, da Wasser um ein Vielfaches „dichter“ ist als Luft. Der Körper im Wasser erfährt folgende physikalische Eigenschaften:

- Auftrieb
- hydrostatischen Druck
- Widerstand
- Temperatur/Wärmeleitfähigkeit

Durch die **Auftriebskraft** des Wassers ist es möglich, den eigenen Körper deutlich schwerelos zu erleben. Beim Aufenthalt im Wasser wird der Halte- und Bewegungsapparat fast vollständig entlastet.

- Aufgrund des Auftriebs hat man im Wasser den Eindruck, dass das Körpergewicht deutlich geringer ist.
- Bewegungen werden um ein Vielfaches leichter.

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

- Die Auftriebskraft des Wassers erschwert bzw. beeinflusst das Tauchen im bzw. Abtauchen ins Wasser.
- Nicht alle Personen können regungslos auf der Wasseroberfläche liegen, ohne sich zu bewegen. Dies ist im Zusammenspiel zwischen Körperschwerpunkt und Volumenmittelpunkt zu begründen. Je weiter die beiden Punkte auseinanderliegen, umso schwieriger ist es, an der Wasseroberfläche zu liegen. Bei Schülerinnen und Schülern, die lange Beine haben oder deren Längenverhältnis von Ober- zu Unterkörper aufgrund des Wachstums auseinandergeht, ist ein Absinken der Beine zu beobachten.

Das Wasser im Schwimmbecken, das die Kinder umgibt, übt Druck auf den gesamten Körper aus. Dies ist der sogenannte **hydrostatische Druck**. Wird im Wasser stehend ein- und ausgeatmet, unterstützt und erschwert das umgebende Wasser gleichermaßen. Beim Einatmen drückt das Wasser gegen den Brustkorb, sodass bei der Bauchatmung die Füllung der Lungen mit Luft erschwert ist. Beim Ausatmen hilft der Wasserdruck, indem er gegen Bauch und Lunge drückt und so die Ausatmung erleichtert. Beim Ausatmen ins Wasser muss gegen den Wasserdruck die Luft aus Mund und Nase ins Wasser ausgeatmet werden.

Durch den Druck des Wassers auf den Körper kann es zu Unwohlsein kommen. Engegefühle oder Ängste können geäußert werden.

Der Druck nimmt pro Meter Wassertiefe um 0,1 bar zu. Auch im Körperinneren steigt der Druck entsprechend mit an. In Körperhöhlen, Lunge und Rachen passt er sich automatisch dem Druck des umgebenden Wassers an. Es gibt zwei Ausnahmen: Das Trommelfell im Mittelohr wölbt sich nach innen und kann und muss durch aktiven Druckausgleich im Wasser wieder in seine Position gebracht werden. Trägt man beim tiefen Tauchen im Wasser eine Schwimmbrille, so entsteht ein Unterdruck zwischen dem Brillenglas und der Hornhaut des Auges. Dies kann zu Schmerzen, Rötungen und Schwellungen im oder am Auge führen.

Gewebe und Blutgefäße sowie die Haut erfahren durch das Wasser einen Massage- und Drainageeffekt, wodurch der Blut- und Lymphfluss angeregt wird. Vor allem Venen transportieren mehr Blut und Lymphe zum Herzen hin. Häufiger Harndrang kann auftreten.

Durch die Dichte des Wassers bietet es dem sich darin bewegendem Körper einen **Wasserwiderstand**. Einerseits muss dieser zum Bewegen im Wasser überwunden werden, um Antrieb durch kraftvolle Bewegungen zu erzeugen. Man kommt also im Wasser mit demselben Kraftaufwand schlechter vorwärts als außerhalb.

Auf der anderen Seite benötigt man diesen Wasserwiderstand auch, um sich sozusagen vom Wasser „abdrücken“ zu können.

Es gibt unterschiedliche Widerstandsarten: Frontalwiderstand, Wirbelwiderstand und Reibungswiderstand. Ungünstige Schwimmbekleidung oder Bewegungen sowie lange Haare erhöhen den Widerstand und erschweren die Überwindung dessen und reduzieren die Fortbewegungsgeschwindigkeit.

Wasser besitzt eine vielfach höhere **Wärmeleitfähigkeit** als Luft. Dies erklärt, warum der Körper deutlich schneller im Wasser auskühlt als an der Luft. Abhängig ist dies zudem von der **Wassertemperatur**.

- Man friert im Wasser schneller. Häufig treten blaue Lippen auf oder der Körper zittert, wenn man sich nicht ausreichend bewegt.
- Betritt man geduscht die Schwimmhalle, so ist es wichtig, dass man zeitnah ins Wasser geht. Verlässt man das Schwimmbecken wieder, ist zeitnahes Duschen oder Abtrocknen wichtig. Das auf dem Körper befindliche Wasser verdunstet an der Luft und kühlt den Körper empfindlich aus (Verdunstungskälte). Deshalb erst alles Wichtige vor dem Duschen mit den Schülerinnen und Schülern besprechen.

1.4 Wichtige Hinweise und Tipps

Augen öffnen unter Wasser:

- Öffnet man die Augen unter Wasser, ist das Bild nicht klar und scharf umrissen. Man sieht stark verschwommen. Buchstaben und Zahlen, die sich unter Wasser befinden, müssen deshalb groß und deutlich sein. Durch Schwimmbrillen sieht man klar. Den Kindern sollte das Erleben des Öffnens der Augen unter Wasser ohne Schwimmbrille nicht entgehen. Es ist wichtig, diese Erfahrung zu machen, um Ängsten vorzubeugen.
- Manche Kinder können ihren Lidschlussreflex nicht überwinden und deshalb die Augen zu Beginn nicht unter Wasser öffnen.
- Häufiges Öffnen der Augen unter Wasser kann zu Reizungen und Rötungen der Augen führen.
- Gefahren für die Augen, wenn eine Schwimmbrille getragen wird, können beim Tieftauchen unterhalb von zwei Metern auftreten.

Springen und Tauchen:

- Beim Springen und Tauchen ist erhöhte Vorsicht geboten.
- Zum Springen mit dem Kopf voran muss eine Wassertiefe von mindestens 1,80 Metern eingehalten werden. Es sollte auf keine nah am Beckenrand be-

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

findlichen Gegenstände gesprungen werden, die einen Rückschlag oder ein Abrutschen an den Beckenrand zulassen könnten.

- Zum Springen ins Wasser muss die Wasseroberfläche frei, ausreichend tief und groß sein.
- Beim Tauchen, egal ob mit oder ohne Schwimmbrille, sollte auf häufigen Druckausgleich geachtet werden. Dieser ist auch in vergleichsweise „geringen Tiefen“ von Nöten. Er kann spielerisch mit den Kindern in geringen Tiefen geübt werden.
- Druckzunahmen sind unterschiedlich stark individuell spürbar. Je tiefer man taucht, umso stärker ist der Druck. Der Druckausgleich ist zwingend erforderlich.
- Es ist darauf zu achten, dass die Schülerinnen und Schüler vor dem Tauchen nicht hyperventilieren, wodurch die Menge an Sauerstoff in Lunge und Blutkreislauf erhöht wird. So kann der Einatemreiz beim anschließenden Tauchgang hinausgezögert werden. Dies kann zum „Schwimmbad-Blackout“, also zur Bewusstlosigkeit im Wasser, führen. Aufgrund dessen sollte auf lange Tauchstrecken unter Leistungsdruck verzichtet werden.
- Die Gestaltung des Beckenrandes im Schwimmbad wirkt sich auf das Wohlbefinden im Wasser aus. Bei ebenerdigen Becken mit Überlaufrinne fließen erzeugte Wellen direkt ab. Ist das Becken abgesenkt oder besitzt einen hohen Beckenrand, stoßen erzeugte Wellen zu einem hohen Anteil zurück in den Schwimmbereich.

1.5 Materialien und deren Verwendung im Schwimmunterricht

Schwimmbrillen:

Es gibt Schwimmbrillen und Taucherbrillen. Der Unterschied besteht in der das Gesicht bedeckenden Fläche. Schwimmbrillen bedecken die Augen, lassen Nase und Mund frei. So ermöglichen sie die freie Ein- und Ausatmung aus Mund und Nase. Für den Schwimmunterricht sind Schwimmbrillen geeignet. Taucherbrillen erschweren bzw. verhindern die Ein- und Ausatmung aus Mund und Nase und sind für den Schwimmunterricht nicht geeignet. Sie bedecken Augen und Nase, haben dadurch einen größeren Sichtbereich und sind meist schwerer als Schwimmbrillen. Sie sind für das Tauchen in größeren Tiefen geeignet. Schwimmbrillen mit Schaumstoffumrandungen an den Augen bieten Tragekomfort und minimieren Druckstellen.

Flossen:

Kurzflossen, Schwimmflossen, Monoflossen und Taucherflossen – die Liste könnte weiter fortgesetzt werden. Für den Schwimmunterricht eignen sich „normale Schwimmflossen“. Sie bestehen aus gummiertem Material, sind weich, gut beweglich und von unerfahrenen Schwimmern gut zu verwenden.

Kurzflossen eignen sich für fortgeschrittene Schwimmerinnen und Schwimmer und werden im Vereinsbereich eingesetzt.

Taucherflossen sind deutlich länger und viel stabiler bzw. härter, da sie für große Tiefen vorgesehen sind. Es ist anstrengender, damit zu schwimmen als mit Schwimmflossen. Monoflossen erfreuen sich immer größerer Beliebtheit und werden für das Meermaid- oder Meerman-Schwimmen eingesetzt.

Der Einsatz von Flossen ermöglicht die Stabilisierung der Wasserlage und erleichtert damit das Erlernen von Arm- und Beinbewegungen sowie der Atmung.

- Flossen werden grundsätzlich nur im Wasser an- und ausgezogen.
- Laufen mit Flossen in der Schwimmhalle sollte komplett vermieden werden. Ansonsten gehen die Flossen schnell kaputt.
- Bei längeren Verwendungen von Flossen kommt es häufig zu Krämpfen in Füßen oder Beinen. Dann sollten die Flossen ausgezogen und die Muskulatur gelockert werden.

Schwimmbrett:

Schwimmbretter sollten in ihrer Größe den Kindern entsprechend ausgewählt sein. Schwimmbretter sind Auftriebshilfen, die bei korrekter Verwendung das eigene Auftriebserleben nur unterstützen, in keinem Fall ersetzen. Bretter eignen sich bei korrekter Verwendung sehr gut. Des Weiteren können Schwimmbretter als Spiel- und Übungsgeräte verwendet werden.

- Die Kinder sollten sich mit den Händen vorne oder seitlich am Brett festhalten. Eingriffslücken funktionieren nur bedingt und sind abhängig von der Armlänge. Für den Kopf sollte unbedingt zwischen Armen und Brett genügend Platz sein, um diesen ins Wasser legen zu können. Sonst wird die „Pfeilposition“ verhindert.
- Sobald die Schülerinnen und Schüler den Kopf nicht mehr frei ins Wasser legen können, weil das Brett im Weg ist, verschlechtern sie bedeutend ihre Wasserlage und festigen falsche Bewegungsabläufe.
- In Rückenlage wird das Brett häufig in den Nacken gelegt, wodurch eine falsche Sitzposition im Wasser

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

provoziert wird. Besser ist es, das Brett mit den Händen zu fassen und den Körper und die Arme lang zu strecken.

- Generell sollte die gestreckte Wasserlage so wenig wie möglich verlassen werden. Diese wird im weiteren Verlauf des Materials als „Pfeilposition“ bezeichnet.

Schwimmnudel:

Die Schwimmnudel ist eine vielfältig einsetzbare Auftriebshilfe und gleichzeitig Spiel- und Übungsgerät. Korrekt verwendet, wird das eigene Auftriebserleben nur unterstützt und nicht vollständig von der Schwimmnudel übernommen. Es ist möglich, die Schwimmnudel zu kürzen oder in Stücke zu schneiden.

Generell sollte auch bei Verwendung der Schwimmnudel die gestreckte Wasserlage – die „Pfeilposition“ – so selten wie möglich verlassen werden.

Spiel- und Übungsgeräte:

Es gibt eine große Auswahl an Spiel- und Übungsgeräten für das Wasser. Die Lehrperson sollte darauf achten, dass speziell für das Wasser geeignetes Material verwendet wird. Hier sind zum Beispiel Bälle, Tauchringe, Reifen, Tauchtire und vieles mehr zu nennen. Einige Alltagsmaterialien, wie zum Beispiel Becher, Duplo-Steine, Poker-Chips, CDs etc. eignen sich auch für das Wasser. Sie müssen allerdings wasserdicht und wasserunlöslich sein, um gebraucht werden zu können. Außerdem muss sichergestellt werden, dass alle verwendeten Materialien der Hausordnung des Bades entsprechen und sich nicht in Ritzen oder Abläufen festsetzen können oder die Hygieneregeln missachten.

Trainingsgeräte aus dem Vereinsbetrieb:

Pullbuoy, Pullkick und Paddel sowie weitere Trainingsgeräte befinden sich vielfach in schulischen Materiallagern. Generell ist die Verwendung im Schwimmunterricht der Schule nicht unmöglich, allerdings zielen die genannten Materialien darauf ab, bei der Kräftigung der Muskulatur mitzuwirken und dies unter Berücksichtigung einer vorher sehr guten Gesamtausführung der Bewegungen und Schwimmarten. Es sind vielmehr Geräte, die dem Krafttraining im Wasser dienen, als dass sie für das Erlernen des Schwimmens oder für Übungen sinnvoll eingesetzt werden können.

Beispiel: Für ein Kind, das Brustschwimmen erlernt oder gerade erst erlernt hat, ist es nahezu unmöglich, durch den Gebrauch eines Pullbuoy oder Pullkick zwischen

den Beinen die Brustarmbewegung zu erlernen oder zu verbessern!

1.6 Schwimmbekleidung

Im Schwimmunterricht sollte schwimmspezifische Kleidung getragen werden. Sie besteht in der Regel aus synthetischen, leichten und schnell trocknenden Materialien, die besonders dehnbar sind. Bei Mädchen sind Badeanzug oder Schwimmburkini die geeignete Wahl. Bikini und Tankini sind auch möglich. Gerade bei Sprüngen vom Beckenrand, vom Startblock oder von Sprungturm können sie sich aber als ungeeignet herausstellen und sind daher weniger zu empfehlen.

Jungen sollten eine eng anliegende Schwimmbadehose bevorzugen. Weite Shorts saugen sich beim Schwimmen voll Wasser, erschweren das Schwimmen an sich und erhöhen den Wasserwiderstand.

- Generell gilt, dass unter der Badebekleidung keine Unterwäsche getragen werden darf.
- Badekappen können dabei helfen, Haare trockener zu halten.

1.7 Umgang mit ängstlichen Schülerinnen und Schülern

Bei Ängsten im Zusammenhang mit Wasser unterscheidet man die Angst im und die Angst vor dem Wasser.

Die Angst vor dem Wasser tritt bereits vor dem eigentlichen Schwimmunterricht zutage. Die Ursachen und Ausprägungen sind vielfältig:

- Die Kinder haben im Vorfeld schlechte Erfahrungen mit dem Wasser gesammelt.
- Die Kinder haben noch keine Erfahrungen mit dem Wasser und das verunsichert sie.
- Den Kindern wurden ggf. von ihren Eltern, anderen Erwachsenen oder anderen Kindern schlechte, angstmachende Erlebnisse mitgeteilt und übertragen.
- Den Kindern fehlt der Bezug zum Wasser, schon das Duschen ist eine Herausforderung.
- Die Kinder lassen kein Wasser über ihren Kopf laufen.
- Die Kinder äußern viele Fragen und wollen alles ganz genau erklärt bekommen.

Die Angst im Wasser tritt erst während des Schwimmunterrichts auf. Die Ursachen und Ausprägungen sind vielfältig:

- Die Kinder haben Angst vor der Tiefe des Beckens und der Farbe des Wassers.

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

- Die Kinder bekommen mehr Angst, je tiefer sie ins Wasser gehen und je mehr Wasser sie umgibt.
- Die Kinder werden hippelig oder fühlen sich eingeengt oder unwohl.
- Die Kinder wissen nicht, wie es unter Wasser aussieht und was sie dort erwartet.
- Die Kinder empfinden die Nässe des Wassers als unangenehm.
- Die Kinder gehen ins Wasser, nehmen aber den Kopf und die Haare nicht ins Wasser.
- Die Kinder haben Angst, wenn sie keinen Boden mehr unter den Füßen spüren und sie den Auftrieb des Wassers zum ersten Mal erleben.

Wie gehen Lehrpersonen damit um:

- Nehmen Sie Rücksicht auf die Ängste und Sorgen Ihrer Schülerinnen und Schüler. Respektieren Sie die Ängste und gehen Sie verantwortungsvoll damit um.
- Achten Sie auf Ihre Sprache. Vermeiden Sie Ausdrücke, wie z. B. „das tiefe und dunkle Wasser“.
- Lassen Sie den Kindern die Zeit, die sie brauchen.
- Erklären Sie alles und vermitteln Sie Spaß und Freude im Wasser.
- Auch kleine Erfolge sollten gelobt werden. Finden Sie kleinschrittige Lernziele, die auch ängstliche Kinder erreichen können.
- Starten Sie in der Dusche und beginnen Sie spielerisch mit dem Element Wasser.

1.8 Organisations- und Sozialformen

Organisations- und Sozialformen dienen dazu, den Schwimmunterricht geregelt und strukturiert abhalten zu können. Einzusetzende Sozialformen sind Einzelarbeit, Partnerarbeit und Gruppenarbeit. Des Weiteren können Besprechungen oder Ergebnissicherungen im Plenum, am Beckenrand oder im Wasser abgehalten werden.

Unterschiedliche Organisationsformen eignen sich für bestimmte Übungen besonders gut und sollten von der Lehrperson dem Lernziel entsprechend ausgewählt werden.

Im Folgenden werden einige Formen mit Hinweis auf die Einsatzmöglichkeiten im Unterricht aufgeführt. Zudem wird auf Übersichtsbilder im Begleitheft verwiesen, die den Kindern im Unterricht gezeigt werden können und auf diese Weise die Organisationsform verdeutlichen (Kopiervorlagen Seiten 15–21).

Organisationsform: Kreis (Kopiervorlage Seite 15)

Die Schülerinnen und Schüler stehen oder schwimmen in Kreisform im oder durch das Becken. Dabei schauen

sie alle in die Kreismitte und können sich ggf. an den Händen festhalten.

- Geeignet für Anfänger, unsichere Schwimmer oder Fortgeschrittene. Vorteile sind, dass jeder jeden sieht, außerdem kann sich an den Händen festgehalten werden.
- Das Abzählen oder Einteilen von Mannschaften ist sehr gut möglich.
- Die Lehrkraft hat alle Schülerinnen und Schüler im Blick.

Organisationsform: Querbahn (Kopiervorlage Seite 16)

Die Schülerinnen und Schüler verteilen sich an der Längsseite der Querbahn, sodass jeder Abstand zum Nächsten hat. Es wird quer in die eigentliche Bahn hineingeschwommen.

- Geeignet für Anfänger, unsichere Schwimmer oder Fortgeschrittene. Vorteil ist, dass die Strecke verkürzt ist.
- Die Lehrperson sieht zeitgleich alle Kinder.
- Vergleiche können sehr gut angestellt werden.
- Die Organisationsform kann im flachen oder im tieferen Wasser durchgeführt werden.
- Durch die verkürzte Strecke können mehrere Übungen oder Versuche durchgeführt werden.
- Nachteile sind, dass die Strecke verkürzt ist und die Bahn muss ausreichend lang sein, um allen Kindern Platz zu bieten. Außerdem sollte man mindestens zwei Bahnen zur Verfügung haben.
- Aus dem Becken heraus kann sich niemand abstoßen, wenn die Querbahn nicht über das ganze Becken nutzbar ist.
- Die Lehrkraft muss sich so positionieren, dass sie von allen Kindern gesehen und gehört werden kann.

Organisationsform: Gasse (Kopiervorlage Seite 17)

Die Schülerinnen und Schüler stehen oder schwimmen in Form einer Innen- oder Außenstirngasse. Die Hälfte der Kinder bildet eine Seite, die andere Hälfte bildet die andere Seite der Gasse. Die Gassenbreite kann variabel gestaltet werden.

- Die Gasse ist einsetzbar, um sich in geringem Abstand etwas zuzuwerfen, zuzuschieben oder über das Wasser etwas auszutauschen.
- Sie findet auch Anwendung, um Übungen durchzuführen, bei denen ein Kind durch die Gasse schwimmt oder gleitet und von den anderen beobachtet oder fortbewegt wird.
- Vorteil ist, dass alle Schülerinnen und Schüler gleichzeitig aktiv sind.

1 Theoretische und strukturierende Grundlagen mit Praxistipps

- Die Lehrkraft kann sich einfach einen Überblick verschaffen.
- Die Gasse kann im flachen Wasser sowie bei geübten Schwimmern auch in tieferem Wasser stattfinden.
- Nachteil ist, dass sich die Gasse eher für weniger intensive Bewegungen eignet: Die Kinder stehen auf dem Beckenrand und verlassen ihre Position meist nicht.

Organisationsform: Rechteck (Kopiervorlage Seite 18)

Die Schülerinnen und Schüler schwimmen an den Stirnseiten und an den langen Seiten der Bahn bzw. Bahnen entlang. Unter Umständen können die Stirnseiten für Pausen und die langen Seiten für die Übungen genutzt werden. Die Kinder schwimmen hintereinander her.

- Das Rechteck ist einsetzbar bei unsicheren Schwimmerinnen und Schwimmern, bei Fortgeschrittenen sowie großen oder sehr leistungsheterogenen Gruppen.
- Da die Schülerinnen und Schüler hintereinander schwimmen, sollte vorher eine Reihenfolge festgelegt werden, wobei das schnellste Kind vorne schwimmt.
- Einmal begonnen, sind alle Schülerinnen und Schüler gleichzeitig in Bewegung.
- In dieser Organisationsform ist der direkte Bezug zur Wand oder Leine gegeben, dies kommt ängstlichen Kindern entgegen.
- Die Lehrperson hat die Kinder zu jeder Zeit im Blick und kann gut eingreifen, da unmittelbar in Nähe des Beckenrandes geschwommen wird. Von außen kann sie sich an jede Stelle des Beckenrandes positionieren und Anweisungen geben.

Organisationsform: doppeltes Rechteck (Kopiervorlage Seite 20)

Diese Organisationsform funktioniert wie das Rechteck, allerdings befinden sich in einem Bereich gleichzeitig zwei sich bewegende Rechtecke. Die Schülerinnen und Schüler werden in zwei homogene Gruppen geteilt. Es wird jeweils ein schwimmendes Rechteck pro Gruppe gebildet, dafür wird der Schwimmbereich in der Hälfte geteilt.

- Das doppelte Rechteck ist einsetzbar bei unsicheren Kindern, Fortgeschrittenen sowie großen oder sehr leistungsheterogenen Gruppen.
- Da die Schülerinnen und Schüler hintereinander schwimmen, sollte vorher eine Reihenfolge festgelegt werden, wobei das schnellste Kind als Erstes schwimmt.
- Einmal begonnen, sind alle Kinder gleichzeitig in Bewegung.

- In dieser Organisationsform ist der direkte Bezug zur Wand oder Leine gegeben, dies kommt ängstlichen Kindern entgegen.
- Die Lehrperson hat die Schülerinnen und Schüler zu jeder Zeit im Blick und kann gut eingreifen, da unmittelbar in Nähe des Beckenrandes geschwommen wird. Sie positioniert sich in Mitte der beiden Rechtecke, sodass die Kinder immer an ihr vorbeikommen, um neue Anweisungen zu erhalten.

Organisationsform: Wellen (Kopiervorlage Seite 19)

Die Kinder stellen sich gruppiert am Beckenrand oder an Startblöcken in Reihen (mit Abstand zueinander) hintereinander auf. Die ersten Schülerinnen und Schüler der Reihen starten auf ein Signal hin. Nach einem bestimmten Abstand (Zeit oder zurückgelegter Weg) starten die Zweiten der Reihen usw.

- Die Wellen sind einsetzbar bei unsicheren Kindern, Fortgeschrittenen sowie leistungsheterogenen Gruppen.
- Die Gruppe kann nach Leistung in Reihen oder an Positionen in der Reihe sortiert werden.
- Die Form eignet sich besonders zum Üben des Starts.
- In Wellen kann besonders gut geschwommen werden, wenn die gesamte Länge der Schwimmbahn genutzt wird (Üben von Schwimmstrecken).
- Hinweis: Bei längeren Schwimmstrecken mit ungeübten Schwimmerinnen und Schwimmern werden die Abstände nicht langfristig eingehalten werden können.

Organisationsform: Am „schwimmenden“ Band (Kopiervorlage Seite 21)

Diese Organisationsform ist eine Mischform aus Wellen und Rechteck. Die Kinder schwimmen hintereinander in einem gewissen Abstand, die schnellsten Schwimmerinnen und Schwimmer schwimmen am besten vorne.

- Dabei ist die abgegrenzte Bahn als Struktur zu sehen.
- In der Mitte ist die Bahn durch den Startblock oder durch Fliesenmarkierung am Beckengrund gekennzeichnet. Es wird geschwommen wie beim Auto- oder beim Fahrradfahren im Straßenverkehr. Über die rechte Längsseite geht es los, über die Stirnseite wird gewendet und auf der neuen rechten Längsseite (vorher linke Seite) wird zurückgeschwommen.
- Diese Organisationsform ist einsetzbar vor allem bei fortgeschrittenen Schwimmerinnen und Schwimmern und im Training. Sie bietet sich an, wenn die Kinder bereits gut schwimmen können und mehrere Bahnen (mindestens zwei) am Stück schwimmen können bzw. sollen.

2 Begründung und Erläuterung des zugrunde gelegten Vermittlungsansatzes

Die Inhalte der Bildkarten bauen sukzessive aufeinander auf. Grundlage bilden die Karten zur Erarbeitung und Vertiefung der Grundposition (in diesem Material als „Pfeilposition“ bezeichnet). Ziel ist es, dass sich die Kinder aus der Pfeilposition heraus mit dem Wechselbeinschlag antreiben können.

Die Pfeilposition ist die optimale Gleitposition im Wasser bzw. die optimale Wasserlage. Sie bildet die Grundlage, um sicher und richtig in allen Schwimmmarten und Lagen schwimmen zu können bzw. diese zu erlernen. Die Position wird als Voraussetzung für alle Schwimmmarten zwingend benötigt. Vor allem in Gleitphasen, z.B. nach Starts, nach dem Wenden oder beim Brustschwimmen wird die „Pfeilposition“ besonders häufig eingesetzt.

Die Bezeichnung „Pfeilposition“ dient den Kindern als Vorstellungshilfe, ist einfach, allgemein bekannt und vielfältig übertragbar. Sie kann auch mit „Torpedo- oder Raketenposition“ benannt werden.

Die Vorstellung eines Pfeils erscheint im ersten Moment einfach, was für die Kinder hervorragend ist, allerdings werden zur Erreichung des „Pfeils“ viele Bewegungen und Positionen des Körpers vorausgesetzt, die meist einzeln erlernt werden müssen. Die Bildkarten stellen genau diese Möglichkeit dar. Den Körper komplett unter Wasser zu bringen und die Füße und Beine an der Wand zum Abstoß in die korrekte Position zu bringen, stellen Grundvoraussetzungen dar. Dafür ist es notwendig, unter Wasser aus Mund und Nase auszuatmen zu können und den Kopf unter Wasser zu haben. Die Kinder müssen den Körper strecken können und wissen, wie man dazu Arme, Beine und Kopf halten muss. Das fällt vielen Kindern und Jugendlichen, aber auch Erwachsenen, schwer. Ebenso ist es um das Anspannen der Muskulatur bestellt. Deshalb wird auf den Bildkarten bei der Erarbeitung der Pfeilposition ein besonderes Augenmerk auf vielfältiges Üben gelegt.

Insgesamt müssen die Grundfertigkeiten im Wasser (Atmen, Tauchen, Auftreiben und Schweben, Springen im und ins Wasser, Rollen, Drehen, Gleiten und Antreiben bzw. Fortbewegen) beherrscht werden, bevor mit der Erarbeitung der Pfeilposition begonnen werden kann. Dabei kommen dem Gleiten und Antreiben zur Erarbeitung der Pfeilposition bedeutende Rollen mit Blick auf das sichere und gute Schwimmen in unterschiedlichen Arten und Lagen zu.

Die Strukturierung der Übungen auf den Bildkarten in Versuche mit jeweils zwei oder drei vergleichenden Bewegungsaufgaben sensibilisiert und ermöglicht gleichzeitig das individuelle und zielgerichtete Erlernen der

Pfeilposition. So können durch kleinschrittige Bewegungsaufgaben kontrollierte Bewegungen erarbeitet werden, wodurch die Grundlage für gutes Schwimmen geschaffen wird.

Ist die Pfeilposition einmal erlernt, sollte sie bei weiteren Übungen immer Beachtung finden. Das heißt, die Pfeilposition bei keiner Übung zu verhindern oder langfristig zu verlassen. Konkret bedeutet es, keine andere Position im Wasser zu provozieren, die die erlernte Pfeilposition wieder revidieren könnte. Daraufhin sollten Übungen immer überprüft und ggf. „altbewährte“ auch mal verworfen werden.

Fehlerbilder beim Schwimmen sind zum Großteil auf eine nicht vorhandene oder falsche Wasserlage (keine Pfeilposition) zurückzuführen. Deshalb ist es besonders wichtig, dass diese vorab erlernt und vertieft wird und die Schülerinnen und Schüler lernen, sich aus dieser Position heraus anzutreiben. Dies sollte geschehen, bevor Schwimmmarten erlernt werden.

Sollten Kinder bereits Schwimmmarten nur unzureichend erlernt haben und diese nicht korrekt ausführen können, ist es immer möglich, mit den Übungsformen und Versuchen zur Pfeilposition zu starten. Tauchen beim Erlernen der Schwimmmarten Probleme oder Rückschritte in den Bewegungen auf, kann hier immer wieder auf die Pfeilposition zurückgegriffen und verwiesen werden. Selten handelt es sich um andere Ursachen für schlecht oder unsicher schwimmende Schülerinnen und Schüler.

Wenn sich die Kinder in der Pfeilposition mit Wechselbeinschlag antreiben können, erfolgt mit den nächsten Bildkarten das Erlernen der Grobformen und schließlich der Feinform des Rücken- und Kraulschwimmens. Das Brustschwimmen in Feinform folgt erst als dritte Schwimmart. Beim Brustschwimmen existiert keine Grobform.

Diese Abfolge ist darin begründet, dass

- das Rücken- und Kraulschwimmen dem natürlichen Bewegungsrhythmus entspricht,
- sich optimal aus der Pfeilposition heraus im Wechselbein- und Wechselarmzug angetrieben werden kann,
- Rücken- und Kraulschwimmen zu erlernen deutlich einfacher und aufeinander übertragbar ist,
- die Abfolge den lern- und entwicklungspsychologischen und motorischen Voraussetzungen der Kinder eher entspricht
- sowie Rücken- und Kraulschwimmen deutlich weniger fehlerbelastet sind als das Brustschwimmen.

2 Begründung und Erläuterung des zugrunde gelegten Vermittlungsansatzes

Brustschwimmen wird vor allem in Deutschland aus alter militärischer Tradition heraus als erste Schwimmart erlernt. Kaum eine andere Nation macht dies so. Beim Brustschwimmen existiert auch keine Grobform, die vor der Feinform erlernt werden könnte. Beim Rücken- und Kraulschwimmen ist dies sehr gut möglich und erlaubt auch jungen Lernern das Schwimmen in zwei Schwimmlagen. Die Grobformen vom Rücken- und Kraulschwimmen lassen sich später hervorragend auf die Feinformen übertragen. Der Bewegungsrhythmus bleibt identisch. Die Feinformen unterscheiden sich durch präzisere Bewegungsabläufe bei Armzügen und Beinschlägen. Des Weiteren kommt der Atmung beim Kraulschwimmen eine wichtige Rolle zu, die geübt werden muss. Bei den Grobformen sollte zunächst beim Kraulschwimmen nur auf die Ausatmung ins Wasser aus Mund und Nase sowie das Einatmen über Wasser geachtet werden. Erst in der Feinform, wenn sich die Bewegungen ökonomisiert haben, sollte Augenmerk auf die genaue Atemtechnik gelegt werden.

Brustschwimmen ist technisch sehr anspruchsvoll und beinhaltet Bewegungen, die weder einem bekannten Rhythmus entsprechen noch für viele Kinder überhaupt möglich sind. Häufig werden bei Schülerinnen und Schülern,

die früh oder zuerst das Brustschwimmen erlernen, Defizite beobachtet, die nachher nicht wieder verschwinden. Auch ist das Brustschwimmen mit dem Kopf über Wasser definitiv kein Brustschwimmen. Ferner verstärkt es, so ausgeführt, falsche Bewegungen, Haltungsschäden oder gar Gelenkschmerzen. Außerdem vermittelt es jungen Schwimmerinnen und Schwimmern den Eindruck, sie könnten sicher schwimmen, obwohl der Kopf ggf. nicht einmal unter die Wasseroberfläche gebracht und noch nie ins Wasser ausgeatmet wurde. Schlichtweg mangelt es hier an der Pfeilposition und allen dazugehörigen Wassererfahrungen.

Prinzipiell ist es möglich, als Lehrkraft mithilfe der Bildkarten selbst zu entscheiden, welche Schwimmart zu Beginn bzw. nacheinander erlernt werden soll. Hier wird die Erarbeitung über die Pfeilposition und den Beginn mit Rücken- und Kraulschwimmen empfohlen.

Insgesamt lernen Kinder viel durch anschauliche Beispiele und durch Nachahmung von beobachteten Bewegungen. Die Bildkarten stellen durch die bildhafte Darstellung bereits sehr gute Anreize dar. Auch Sie als Lehrperson sollten die Bewegungen korrekt vormachen können und somit ebenso als anschauliches und nachzunehmendes Beispiel dienen.

3 Kopiervorlagen mit methodischem Kommentar

Organisations- und Sozialformen, Kopiervorlagen Seiten 15–21

Einsatzmöglichkeiten dargestellt auf den Seiten 10–11

Elterninformationsschreiben mit Abfragen von Fähigkeiten und Krankheiten, Kopiervorlagen Seite 22 und 23

Diese Vorlage dient der Information der Eltern über den Schwimmunterricht und sollte kopiert und vor Beginn an die Kinder bzw. die Eltern ausgegeben werden.

Regeln und Rituale im Schwimmunterricht, Kopiervorlage Seite 24

Diese Vorlage stellt eine Übersicht mit Oberpunkten zu Bereichen dar, in denen die Lehrperson konkrete Regeln und Rituale einführen und einsetzen möchte. Die Übersicht sollte in der Lerngruppe besprochen werden, sodass den Schülerinnen und Schülern die Regeln und Rituale vorab transparent sind.

Checkliste für die Lehrperson vor dem Schwimmunterricht, Kopiervorlage Seite 25

Diese Liste stellt eine Übersicht mit Themen rund um den Schwimmunterricht für die Schwimmlehrkraft dar, welche Fragestellungen vorab zu klären sind.

Die Kopiervorlage erfragt die Fähigkeiten des Kindes im Schwimmen sowie für den Schwimmunterricht relevante Krankheiten. Zur eigenen Absicherung ist es sehr wichtig, sich als Lehrkraft über die Lernvoraussetzungen der Schülerinnen und Schüler vorab zu informieren. So erlebt man keine unvorhergesehenen Überraschungen.

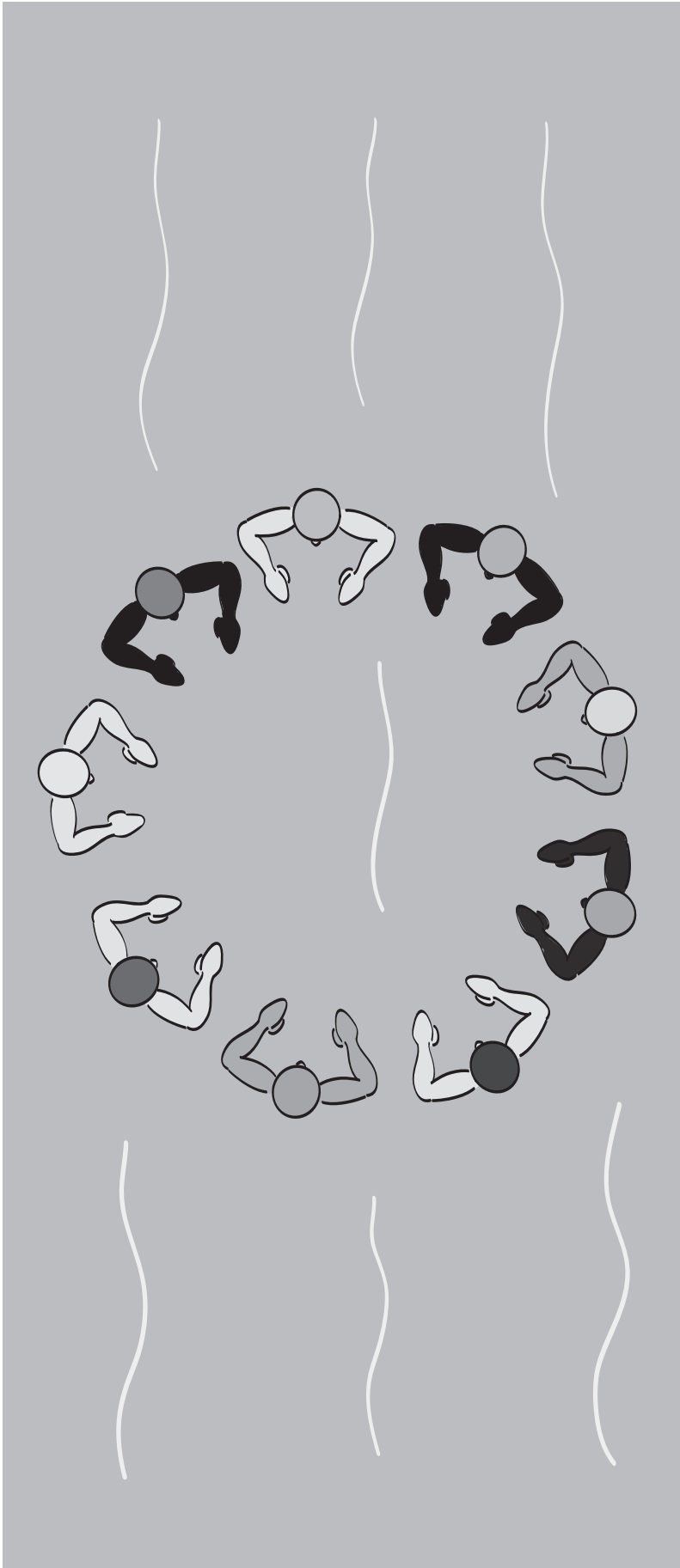
Checklisten mit Beobachtungskriterien zu den einzelnen inhaltlichen Themenschwerpunkten mit Bewertungskriterien, Kopiervorlagen Seite 26–32

Nach jedem Kapitel der Bildkarten kann die Lehrperson mithilfe der Beobachtungskriterien überprüfen, ob die Schülerinnen und Schüler die Bewegungsaufgaben beherrschen, um zum nächsten Kapitel überzugehen. Abgebildet sind die Übersichten meist im DIN-A5 Format. Einfach auf DIN-A4 Format im Querformat übertragen, um die Zeilen mit Bewertungskriterien zu vervielfältigen, sodass eine Seite Platz für mehrere Schüler bietet.

Urkundenvorlage, Kopiervorlage Seite 33

Nach jedem Kapitel der Bildkarten kann die Lehrperson zur Motivation eine Urkunde mit den bearbeiteten Themen ausgeben.

Organisationsform „Kreis“:



SCHOOL-SCOUT.DE

Unterrichtsmaterialien in digitaler und in gedruckter Form

Auszug aus:

Bildkarten: Schwimmunterricht für Fortgeschrittene

Das komplette Material finden Sie hier:

School-Scout.de

