

"Vor" der ersten Technik

①
Wörpophysik
- siehe Lektüre (Vid, P, Programm)
- Video im Netz

②
Eingangstest
(Kl. 5)

Sammlung

Wassergewöhnung
"Spielformen"

Spielformen
im H_2O

Gleiten
Springen

Einsatz von
Hilfsmittel (w)

↳ Angst / Müd
vielfältige Spiele
Spielformen w/ H_2O übertragen

Wassergewöhnung +
angstfrei Zugang zu Wasser
Wasserbewältigung:
gleiten, Tauchen, Springen

Handwritten notes on a separate sheet of paper:

Empfehlung
Sicherheitslage Kl. 1 bis 10
Sichere Schwimm / Landübungen / Aktivitäten

Übung

Übung / Gewicht im Wasser?

Schwimmabzeichen abtesten (Seemannchen / Bronze)

"Vor" der ersten Technik

ordentlich duschen

- Sensibilisieren für Ganzkörperdusche = inkl. Haare + Gesicht
= alle Stellen ordentlich säubern

anteilig:
Wassergewöhnung

- Spiele und Übungen zur Wassergewöhnung

Angstbewältigung
- Wassergewöhnung
- Körperbeherrschung

- Wa
- Schritts
 - Wasser wider Vor- u.
 - Orientierung im Wasser (ohne Brille "!!")

- Laufen im Wasser
- Klein u groß machen

- Auftrieb erspüren
 - Gesicht ins Wasser (Mund, Nase, Augen, ...)
 - - RL + BL
- method. Reihe für ängstl. ganz Kopf ...

Wassergleiten
Rotationen

Auftrieb erspüren

Wassergewöhnung

- Wie gleitet der Körper unter Wasser?
- Kräfte im Wasser

method. Reihe zum Gleiten in Bauchlage + Rückenlage

Atmung

- Übungen zu Rotationen
- Quersch
- Längsachs

Variationen von Wasserspielen (z.B. Geräteinsatz)

- Springen ins Wasser und aufstehen

Vorstellung von „best practice“

- Übungsformen
- Standeinstellung

- Übungen zum Atmen
- bewusstes Atmen
- Atmung passt sich der Bewegung an
- Luft anhalten, wie lange ...?

Wasserbeherrschung

Zentrale Übungen zum:
Auftrieb erspüren

+ Gleitübungen + Aufstehen zum Stand
+ Rotationen

- Armeinschlag begrenzen auf zunächst 1-2 Armeinschläge
- begrenzter Übungsraum aus RL + BL

Schwimmtechnik

- bei allen Techniken (Kraul, Brust, Rücken & Delphinwelle)
 - ↳ konstant Gleitüben (BL, RL, SL)
 - ↳ Atmung ins Wasser
 - ↳ Tauchen: vom Gleiten zum Streckentauchen
- Kombinationsformen der einzelnen Techniken (Kraulbeine - Brustarmzug ...)
- 1. Technik offen abh. von Gruppe, Bad etc.
- Wassergefühl → Einsatz v. Materialien (Flossen, Handschuhe Paddles ...)
 - Kontrastübgen
- Ausdauererschulung vgl. Methodik der GS
- Selbstrettung (Schweizer Peract-Test)
- Tauchen: Orientierung über Wasser

Schwimmtechniken

Verbesserung
d. Schwimmtechniken
(bzw. Erlernen)



- Anfängermethodik
Brustschwimmen

- Vertiefung
Brustschwimmen

+
Methodik
"Verbesserung"

Wasserspringen

- Anfängermethodik
Kraul

- Vertiefung
Kraul

- - - - -> ...
schwimmspezifische
koordinations-
übungen

- Anfängermethodik
Startsprung

- Vertiefung
Startsprung

- Anfängermethodik
Rückenschwimmen

- Vertiefung
Rücken

Kombi-
nationen nor-
mierter Techniken

+
Werden

Schwimmtechn.
- Verbesserung
- Kombi-Technik
(-> Koordination)

Schwimmtechniken
für SuS mit
Beeinträchtigungen

Tief- und
Streckentauchen

Übungssammlung zu den Bausteinen

- z. B. · Beinschlag
· Kopf i. W.
· Flossen
· Gesamt

Hinführen z.
Bronze - Schwimmabz.
(ausd. Schwimmen, Tauchen, ...)

Organisation / Sicherheit

Externe
Bedingungen

Gruppe

bilden die Grundlage
für: - Organisationsformen
- Materialwahl
- Methoden
- Inhalte

in der
Praxis

Sicherheits-
erlass

Organisations- /
Spiel-
formen

⇒ Werkzeug-
kasten

- Hin- + Rücklaut
- Ablauf im Bad
- Sicherheit während des Unterrichts

Binnendifferenzierung
"Rahmenbedingungen"

evtl.:

- gleiche Endglieder
- Schwimmbrillen

Gruppenorganisation

- Formen
- Regeln
- ↳ Differenzierungen

Organisation
des
Unterrichts
differenziert Gruppen

Organisation / Sicherheit

Differenzierungsmöglichkeiten

Umgang mit heterogenen Leistungsgruppen

Zweisprachigkeit

Seiteneinsteiger (Kinder)

- jeder arbeitet anhand von Karteikarten auf seinem Niveau (Beobachtungsbögen, etc.)
- Einsatz von Schüler-Experten
- Variationen von Übungsformen

- gezielter Einsatz von Hilfsmitteln

- Visualisierung/Sammlung von Fachtermini sowie deren spielerischer Einsatz

Optimierung von Rahmenbedingungen (z.B. Kooperationen...)

Möglichkeiten zur effektiven Nutzung der (geringen) Schwimmzeit!

Hilfen für strukturierte Reflexionsphasen (angemessen hohe Bewegungsteil)

Lernen mit Bildern (visuelle Unterstützungsmöglichkeiten)

- Einsatz von Lehrtafeln & Lehrvideos

Erlass zur Sicherheitsförderung

Selbstrettung

Verhalten im Ernstfall:
- Lehrer
- Schüler
Retten/Sichern

Ordnung
- Baderegeln
- Schwimmregeln

- Thematisierung der unterschiedlichen Aspekte zum Thema Sicherheit im Schwimmen

Rahmenvorgaben / Lehrpläne

- Lehrpläne Grundschule vorstellen
↳ Voraussetzungen

SE I +
Lehrpläne

X - Diagnose-/Ist-Stand
bogen

Lehrplan-Bezüge
(Kompetenzen)

LP:
- einheitliche Def.
"sicher Schwimmer"
↳ abgestimmt auf die
sicher lehrerlass
behandlung

- Zielvorstellung SI Lehrplan
(schulinterner Lehrplan)
↳ Möglichkeiten der Differenzierung

Differenzierungsmöglichkeiten im Schwimmbad

- Best-practice

- eigene UV-Entwicklung
bezogen auf die eigene Schule

Leistungsbewertung
(Kriterien / Tabellen...)

Mehrfache
Leistungsbeurteilung

↳ Nichtschwimmer

Sonstiges / Weiteres

AG für Nichtschwimmer im 5-ten Jahrgang!

=> best-practice-Beispiele

verschiedene kulturelle Hintergründe
↳ Ausprobieren eines Burkinis

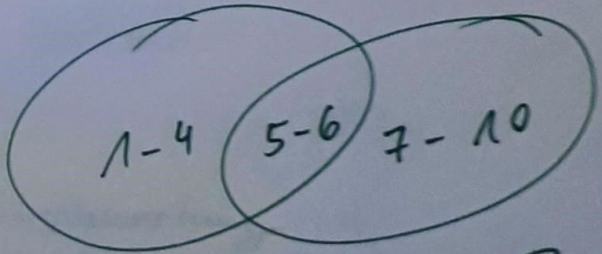
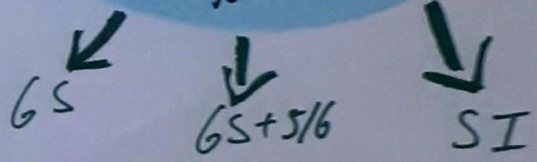
=> rechtliche Hinweise!

Angst
- sukzessive Tn
(Mitgehen, Zuschauen, Aufgeben, Teilnahme)

=> rechtliche Hinweise
=> Tipps zum Umgang mit ängstlichen Kindern

↓
Handlungsempfehlungen

FöSi's der GS für Sek I öffnen



Spezialisten?
Öffnen?