

**Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Inhaltsbereich
'Bewegen im Wasser – Schwimmen':
"Ich kann nicht (gut genug) schwimmen!"**

Eine Lehrerfortbildungskonzeption zur
Qualitätsentwicklung des Schwimmunterrichts
Kurzform (Stand Oktober/08)

1. Hintergrund

Nach den pädagogischen Rahmenvorgaben für den Schulsport in NRW "stärkt das Schwimmen das Selbstwertgefühl, erschließt vielfältige Sportarten und hat gesundheitsfördernde, unter Umständen sogar lebensrettende Bedeutung bis ins hohe Alter"¹. Das Schwimmen ist – ebenso wie das Schreiben und Lesen – eine Kulturtechnik, die im Rahmen des pädagogischen Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule möglichst allen Kindern und Jugendlichen vermittelt werden soll. Der Inhaltsbereich "Bewegen im Wasser – Schwimmen" ist daher obligatorischer Bestandteil der Richtlinien und Lehrpläne für das Fach Sport aller Schulstufen. Zu den Zielen des Schwimmunterrichts der Primarstufe gehört es, dass alle Kinder spätestens in der Jahrgangsstufe 4 sicher schwimmen können.

Aktuelle wissenschaftliche Untersuchungen belegen allerdings eine abnehmende Schwimmfähigkeit der Kinder und Jugendlichen² und eine nicht zuletzt daraus resultierende hohe Zahl an Ertrinkungstoten. Bei der Ursachenanalyse rücken auch Defizite im Bereich des schulischen Schwimmunterrichts in den Blick. Vor diesem Hintergrund haben das Ministerium für Schule und Weiterbildung NRW, die Träger der gesetzlichen Schülerunfallversicherung in NRW und der BKK Landesverband NRW als Träger des "Handlungsprogramm(s) zur Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Schulsport in NRW" eine Offensive zur Qualitätsentwicklung des schulischen Schwimmunterrichts gestartet.

Die vorliegende Fortbildungskonzeption soll einen Beitrag zur nachhaltigen Stärkung und Qualitätsentwicklung des schulischen Schwimmunterrichts leisten. Die entsprechenden Fortbildungsangebote wenden sich an Lehrkräfte, die den Inhaltsbereich "Bewegen im Wasser – Schwimmen" im Rahmen des Sportunterrichts vermitteln oder vermitteln wollen. Das Ziel dieser Maßnahmen ist die Qualifizierung dieser Lehrkräfte für einen sicherheits- und gesundheitsförderlichen Schwimmunterricht. Daher liegt der Schwerpunkt dieser Konzeption in der Planung und Gestaltung von Lern- und Übungssituationen, welche die gesamte Bewegungsvielfalt des Inhaltsbereiches unter den "Pädagogischen Perspektiven auf den Sport in der Schule" und den "Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts" entfalten. Dabei wird berücksichtigt, dass insbesondere an Grund- und Förderschulen der Schwimmunterricht oftmals auch von Lehrkräften erteilt wird, die über eine nur unbefriedigende fachliche Qualifikation verfügen.

2. Ziele und Inhalte

Die Fortbildungsmaßnahmen zur "Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Inhaltsbereich 'Bewegen im Wasser – Schwimmen'" sollen Lehrkräften Hilfen zur Qualitätsentwicklung ihres Schwimmunterrichts geben. Ausgangs- und Bezugspunkt für die pädagogische Orientierung ist dabei das aus Sicht der Kinder bedeutungsvolle Phänomen "Ich kann nicht (gut genug) schwimmen!". Diese Aussage macht deutlich, dass es beim Schwimmen im Rahmen des schulischen Sportunterrichts darum gehen muss, bei allen Kindern – insbesondere bei denen mit sozio-kulturellen, motorischen oder psychischen Hemmfaktoren – Kompetenzen zu entwickeln und individuell zu fördern, die sie befähigen, sich gern, gut und sicher im Wasser zu bewegen.

Im Sinne des "Pädagogischen Orientierungsrahmens zur Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Schulsport in NRW"³ richten sich die Fortbildungsmaßnahmen gezielt auf die Förderung der Funktionsfähigkeit und der Leistungsfähigkeit der Schülerinnen und Schüler. Darüber hinaus soll auch deren individuelle Gestaltungsfähigkeit angestoßen und entfaltet werden.

¹ Richtlinien und Lehrpläne für die Grundschule, S. XXXVII, Schriftenreihe Schule in NW, Nr. 2009
² vgl. Fritz, T./Kurz, D.: Die Schwimmfähigkeit der 11-Jährigen. In: Betrifft Sport 28 (2006) 6, S. 5ff
³ Beckers, E. 2007

Die folgende Übersicht verdeutlicht die konkreten Ziele und Inhalte der Fortbildungsmaßnahmen:

I. Rahmenbedingungen des Schulschwimmens

Ziele:

- Die Lehrkräfte erwerben umfassende Kenntnisse, um kompetent sicheren und guten Schwimmunterricht gestalten zu können.
- Sie wissen um die grundlegenden Anforderungen an die Unterrichtsstätte und kennen die zu gewährleistenden Rahmenbedingungen eines sicherheits- und gesundheitsförderlichen Schwimmunterrichts

II. Wasser als Erlebnis- und Bewegungsraum

Ziele:

- Die Lehrkräfte werden dafür sensibilisiert, einen Perspektivwechsel vorzunehmen, um den Bewegungsraum Wasser aus Sicht der Kinder wahrzunehmen und so Lernprozesse eben aus diesem Blickwinkel altersgerecht und individuell angemessen initiieren zu können.
- Sie werden in die Lage versetzt, die vielfältigen Fähigkeiten und Fertigkeiten und Kenntnisse der Schülerinnen und Schüler im Wasser zu nutzen und weiter zu entwickeln.

III. Zielgerichtetes Bewegen im Wasser

Ziele:

- Die Lehrkräfte erwerben bzw. erweitern grundlegende Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse um vielfältige Möglichkeiten des Bewegens im und unter Wasser zu vermitteln.
- Sie lernen, vorhandene Bewegungs- und Verhaltensmuster zu analysieren und die sich hieraus ergebenden Lernwege individuell anzubahnen und zu gestalten.
- Sie vertiefen ihre didaktisch-methodischen Kompetenzen durch Verbesserung ihrer eigenen Bewegungsfertigkeiten.

IV. Breite des Inhaltsbereichs

Ziele:

- Die Lehrkräfte können die Breite des Inhaltsbereichs "Bewegen im Wasser – Schwimmen" mit Hilfe der "Pädagogischen Perspektiven auf den Sport in der Schule" erschließen.
- Sie erkennen vielfältige Möglichkeiten, den Spieltrieb der Kinder losgelöst von normierten Bewegungsaufgaben für die Gestaltung von Erfahrungs- und Lernprozessen zu nutzen.
- Sie erwerben bzw. erweitern grundlegende didaktisch-methodische Kompetenzen, um die vielfältigen Bewegungsmöglichkeiten am, im und unter Wasser mit den damit verbundenen Erfahrungs- und Lernprozessen kindgerecht zu vermitteln.

V. Besondere Situationen und Rahmenbedingungen

Ziele:

- Die Lehrkräfte reflektieren die Rahmenbedingungen und die Qualität des Schwimmunterrichts an ihrer eigenen Schule und entwerfen Strategien zu dessen Stärkung und Qualitätsentwicklung.
- Sie lernen Beispiele zur Einbindung außerschulischer Partner kennen und entwickeln Konzepte für eine Netzwerkbildung zur Stärkung und Qualitätsentwicklung des Schwimmunterrichts sowie zum Ausbau und zur Qualitätsentwicklung des Schwimmens im außerunterrichtlichen Schulsport und im Ganztage.
- Sie werden sensibilisiert, ermutigt und befähigt, im schulischen Schwimmunterricht individuelle Fördermaßnahmen für Schülerinnen und Schüler z.B. mit sozio-kulturellen, motorischen oder psychischen Hemmfaktoren durchzuführen.

3. Struktureller Rahmen

Für die differenzierte thematische Ausgestaltung adressatengerechter Fortbildungsangebote zur "Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Inhaltsbereich "Bewegen im Wasser - Schwimmen" werden nachfolgend verschiedene Bausteine skizziert. Alle Bausteine orientieren sich an dem für die Schülerinnen und Schüler bedeutsamen Phänomen "Ich kann nicht (gut genug) schwimmen!". Immanenter Bestandteil eines jeden Bausteins ist der Bezug zu den aktuellen Richtlinien und Lehrplänen Sport, insbesondere die Verknüpfung mit den "Pädagogischen Perspektiven auf den Sport in der Schule" sowie den "Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts".

Einzelne Inhalte sind zwischen den verschiedenen Bausteinen austauschbar.

Baustein 1	<p>Chancen und Hürden auf dem Weg zum Beckenrand Organisatorische, rechtliche und institutionelle Rahmenbedingungen beim Schulschwimmen unter besonderer Berücksichtigung der Heterogenität der Lerngruppen</p> <ul style="list-style-type: none">▷ Sicherheits- und Gesundheitsförderung im Schulsport (Rechtsgrundlagen)▷ Elterninformation▷ Verhalten im Schwimmbad▷ Umkleieräume▷ Duschen <p>Die Lehrkräfte lernen, unter Berücksichtigung der bestehenden äußeren und inneren Rahmenbedingungen eine möglichst optimale Lernsituation für den Schwimmunterricht zu schaffen. Ein besonderer Schwerpunkt wird darauf gelegt, durch äußere und innere Differenzierung die Heterogenität der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen.</p>
Baustein 2	<p>Wasser und Schwimmbad - Entdeckungsreise in einen neuen Erfahrungsraum Vielfältige Erfahrungen am, im und unter Wasser sammeln (Wassergewöhnung)</p> <ul style="list-style-type: none">▷ Anpassungsmechanismen durch den Aufenthalt im Wasser; vom Reflex zur kontrollierten Handlung▷ Orientieren im und unter Wasser▷ "Die dritte Dimension"▷ Erweitern persönlicher Erfahrungen und Grenzen:<ul style="list-style-type: none">- am Wasser- ins Wasser- im Wasser- auf dem Wasser- unter Wasser▷ Umgang mit individuellen Verhaltensmustern <p>Die Lehrkräfte lernen, durch altersgerechte und individuell angemessene Lernsituationen die Entdeckung des Bewegungsraums Wasser zu initiieren. Beispielhaft werden Wege zum Umgang mit Hemmfaktoren und Ängsten aufgezeigt.</p>
Baustein 3	<p>Meine Bewegungswelt im Wasser Erweitern der Bewegungsmöglichkeiten durch Nutzung des Elementes Wasser (Wasserbewältigung)</p> <ul style="list-style-type: none">▷ Springen im und ins Wasser▷ Spielen und Spiele im Wasser▷ Orientieren und Bewegen unter Wasser▷ Erfahren von Auf- und Ab- und Vortrieb im Wasser <p>Lehrkräfte werden in die Lage versetzt, die vielfältigen Fähigkeiten, Fertigkeiten und</p>

	Kenntnisse der Schülerinnen und Schüler im Wasser zu nutzen und weiter zu entwickeln.
Baustein 4	<p>Prinzipien des Fortbewegens im Wasser Vermitteln der sportartbezogenen Basiskompetenzen (Schwimmen)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Grundlegende didaktisch-methodischen Überlegungen ▷ Wasserwiderstand ▷ Gleiten ▷ Bewegungssteuerung ▷ Wahl der 1. Schwimmart ▷ Schwimmtechniken ▷ Bewegungssehen und Bewegungskorrekturen <p>Die Lehrkräfte erwerben bzw. erweitern ihre didaktisch-methodischen Grundlagen zur Vermittlung von Schwimmtechniken.</p>
Baustein 5	<p>Vielfalt statt Einfalt! Entfalten der Bewegungsvielfalt durch Nutzung der kindlichen Lust am Probieren</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Spiele und Spielen mit dem und im Wasser ▷ Gestaltung der Lernprozesse <ul style="list-style-type: none"> - individuell, mit Partner und in Gruppen - zweckfrei - mit besonderer Zielstellung <p>Die Lehrkräfte erkennen und lernen, den Spieltrieb der Kinder losgelöst von normierten Bewegungsaufgaben für die Gestaltung von Erfahrungs- und Lernprozessen zu nutzen.</p>
Baustein 6	<p>Nur Fliegen ist schöner! Entfalten der Möglichkeiten mit Freude ins Wasser zu springen, ohne sich weh zu tun (Wasserspringen)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Besondere Situationen erfordern besondere Regeln ▷ Sprünge mit, auf und über verschiedene Materialien ▷ Fuß- und kopfwärtiges Eintauchen ▷ "Viel Spritzen - wenig Spritzen!" ▷ Drehungen um die verschiedenen Körperachsen ▷ Normierte und nicht normierte Sprünge <p>Die Lehrkräfte erkennen die besonderen pädagogischen Anforderungen und Möglichkeiten des Springens ins Wasser und erwerben entsprechende didaktisch-methodische Vermittlungsstrategien.</p>
Baustein 7	<p>Unter Wasser ist alles anders! Erfahren und Erschließen des Bewegungsraumes unter Wasser mit und ohne Hilfsmittel (Schnorcheln / Tauchen)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Orientierungsfähigkeit unter Wasser ▷ Physikalische und physiologische Gesetzmäßigkeiten und deren Berücksichtigung ▷ Organisationsformen ▷ Schwimmen und Tauchen mit ABC-Ausrüstung ▷ Spielen und Spiele unter Wasser ▷ Zeit- und Streckentauchen ▷ Tieftauchen <p>Die Lehrkräfte erwerben bzw. erweitern Kompetenzen, um das Bewegen unter Wasser sowohl im Hinblick auf die Erweiterung eines umfassenden Bewegungserlebens im Was-</p>

	ser als auch für die Entwicklung von schwimmspezifischen Fähigkeiten und Fertigkeiten zu nutzen.
--	--

Baustein 8	<p>Du bist schneller als ich - oder doch nicht? Gestalten von vielseitigen Wettkampfsituationen im Wasser</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Offene und normierte Wettkampfformen ▷ Alternative und kindgerechte Wettkampfsituationen ▷ Offene und normierte Spiele mit und ohne Ball <p>Die Lehrkräfte lernen, gemeinsam mit den Schülerinnen und Schülern Wettkampfsituationen zu gestalten, die sich zum gemeinsamen Kräften messen eignen, wobei die Auseinandersetzung mit Erfolg und Misserfolg reflektiert und als wichtiger Beitrag zur Ich-Stärkung genutzt werden soll.</p>
------------	---

Baustein 9	<p>Individuelle Fördermaßnahmen Entwickeln und Gestalten individueller Lernwege</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Individuelle Präventions- und Gesundheitsaspekte beim Bewegen im Wasser ▷ Individuelle Förder- und Entwicklungsmaßnahmen ▷ Förderschulspezifische Ansätze ▷ Netzbildung und Einbeziehung außerschulischer Partner <p>Die Lehrkräfte werden sensibilisiert und ermutigt, sich auf die besonderen Herausforderungen durch Schülerinnen und Schüler mit sozio-kulturellen, körperlichen oder psychischen Hemmfaktoren einzulassen. Beispielhaft werden individuelle Förder- und Entwicklungswege vorgestellt.</p>
------------	--

Baustein 10	<p>Maßnahmen zur verbesserten Nutzung von Rahmenbedingungen Strategien zur Stärkung des Schulschwimmens</p> <ul style="list-style-type: none"> ▷ Sicherung des obligatorischen Schwimmunterrichts ▷ Aufbrechen starrer Pläne und Unterrichtsrhythmen ▷ Klassen- und Jahrgangsstufen übergreifender Schwimmunterricht ▷ Teilnahmepflicht aller Schülerinnen und Schüler ▷ Organisatorische Rahmenbedingungen ▷ Kommunale Netzbildung und Einbeziehung außerschulischer Partner <p>Die Lehrkräfte reflektieren ihre eigene schulische Realität. Sie erhalten Argumentationshilfen und lernen Wege kennen, um die Rahmenbedingungen für das Schwimmen an ihrer Schule zu verbessern.</p>
-------------	--

Binnenstruktur und zeitlicher Rahmen der dargestellten Bausteine werden in der nachfolgenden Tabelle veranschaulicht. Aus dieser Tabelle ist ersichtlich, dass Baustein 4 eine besondere Bedeutung hat und besonders zeitintensiv ist. Dies ist der Tatsache geschuldet, dass hier Kompetenzen vermittelt werden, die für alle anderen Bausteine grundlegend sind.