

REFERENT:

Lena & Felix
Burmeister



SCHWIMMEN UNTERRICHTEN

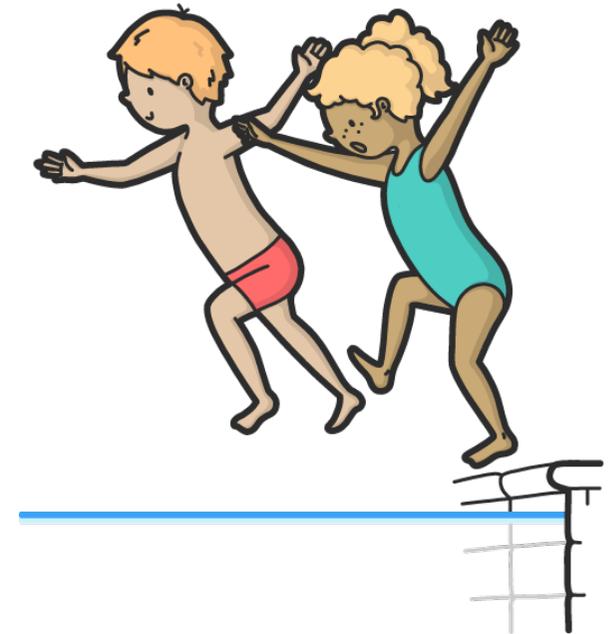
FORTBILDUNG
10./11. November 2022

LETZTE SEITE



 **DOWNLOAD** der Präsentation auf <https://wimasu.de/sst>

 **PASSWORT:** Tenne



ABLAUF DER FORTBILDUNG



1. **VORSTELLUNG**



2. **WAS IST EIN SICHERER SCHWIMMER?**



3. **SO PLANE ICH SCHWIMMUNTERRICHT!**



4. **VORSTELLUNG DER GRUNDFERTIGKEITEN**



5. **DURCHFÜHRUNG DER UNTERRICHTSREIHE**



6. **ABSCHLUSSBESPRECHUNG**



RECHTLICHE GRUNDLAGE:
Schwimmabzeichen Bronze



Seepferdchen \neq sicher Schwimmen
Schwimmen können \neq Wassersicherheit

Aktuelle Definition von Wassersicherheit:

Ein Kind kann sich sicher am und im Tiefwasser aufhalten und beherrscht ein ausdauerndes Schwimmen.

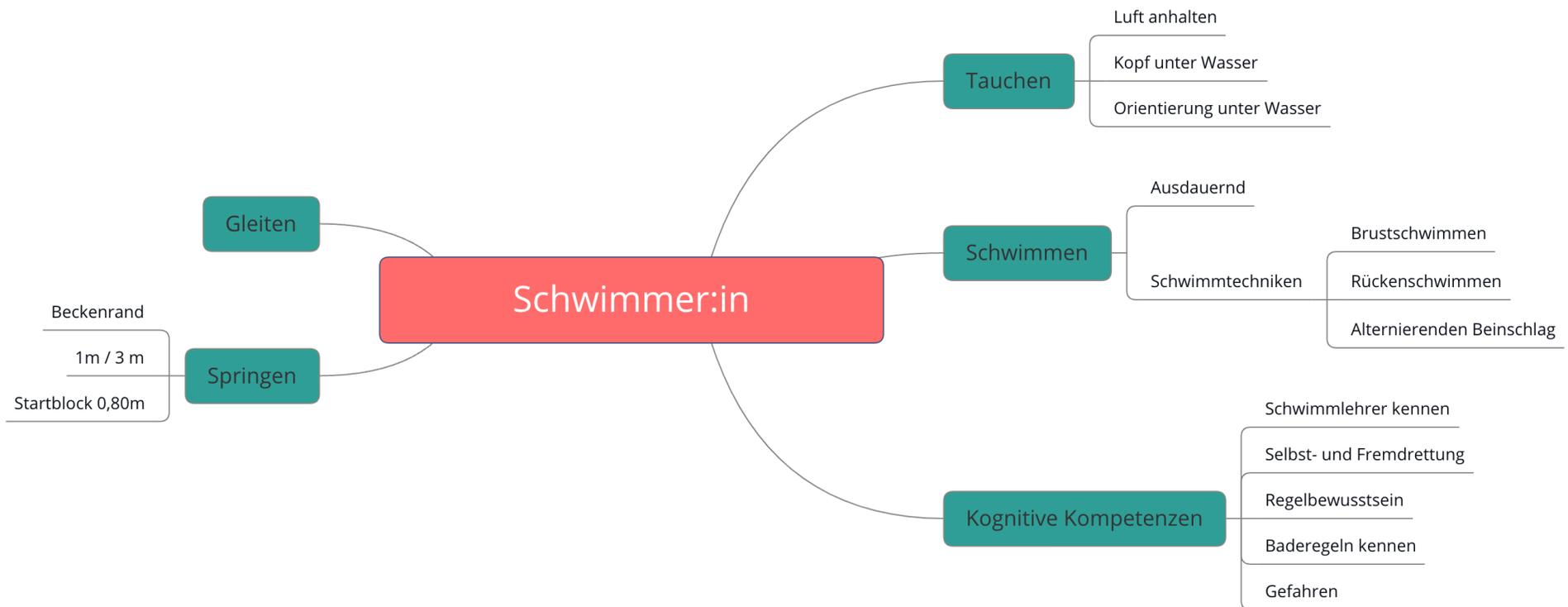
Bildquelle: <https://www.dlrg.de/informieren/ausbildung/schwimmabzeichen/>

SCHWIMMEN UNTERRICHTEN - FORTBILDUNG

ZIEL: WASSERSICHERHEIT



ZIEL: WASSERSICHERHEIT

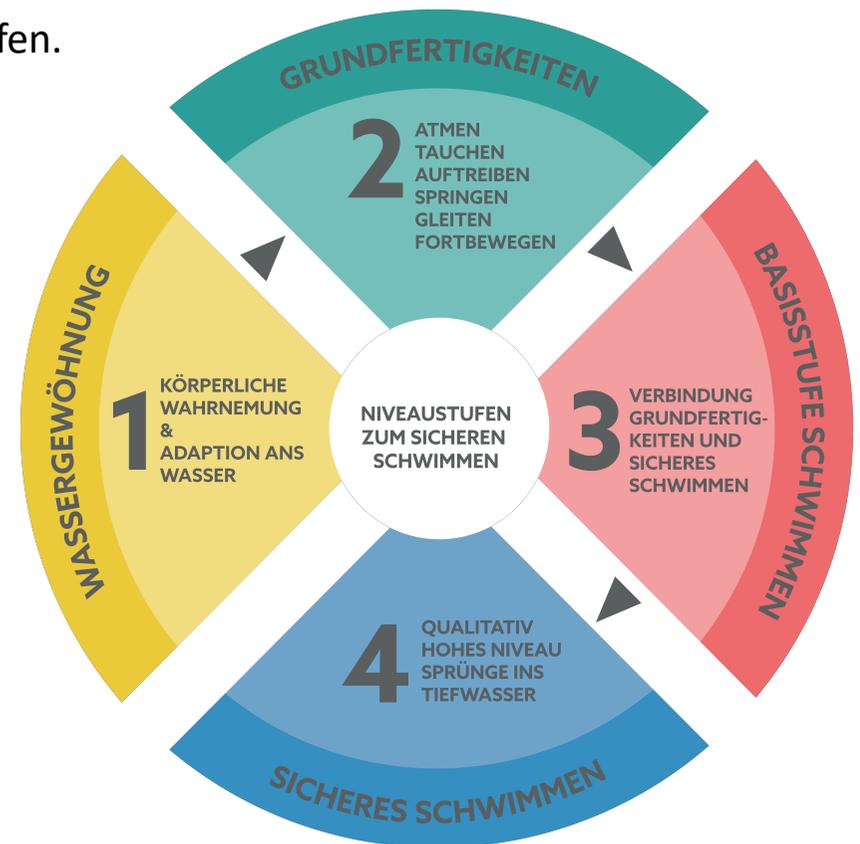


DER WEG ZUM SICHEREN SCHWIMMEN



Der Weg zum sicheren Schwimmen erfolgt über die vier Niveaustufen.

1. **Wassergewöhnung**
2. **Grundfertigkeiten (Wasserbewältigung)**
3. **Basisstufe Schwimmen**
4. **Sicheres Schwimmen**



Bildquelle in Anlehnung an DSV & DGUV (2019)

WIE PLANE ICH MEINEN SCHWIMMUNTERRICHT?

1. **Abzeichen abfragen**
2. **Hausaufgabenkarte austeilen**
3. **Rahmenbedingungen klären**
 1. Bad (Gefahren, Becken & Material)
 2. Kursgröße
 3. Zeit
 4. Rettungsfähigkeit
4. **Beginn der inhaltlichen Planung**

HAUSAUFGABENKARTE zur Wassergewöhnung

- Am Waschbecken mit den Händen Wasser ins Gesicht spritzen**
- Beim Duschen (auch im Garten als Duschparty mit Freunden)**
 - Haare nass machen
 - Wasser durchs Gesicht laufen lassen
 - Augen auf
 - Mund auf
- Mit jemandem ins Schwimmbad gehen**
 - Kräftig am Beckenrand strampeln
 - Mit Händen Wasser spritzen (hoch/weit)
 - Rutschen
 - Ball zuwerfen
- Luftanhalten auf dem Sofa (mit jemandem, der die Zeit stoppt)**
 - 5 Sek.
 - 10 Sek.
 - 15 Sek.
 - Mein Rekord: _____

© WIMASU.de



DIE SCHWIMM-KARTEI

BASIS MATERIAL FÜR DEN SCHWIMMUNTERRICHT

DIE WASSERBEWÄLTIGUNG





GRUNDFERTIGKEIT

ATMEN

UNTERWASSER-KONZERT



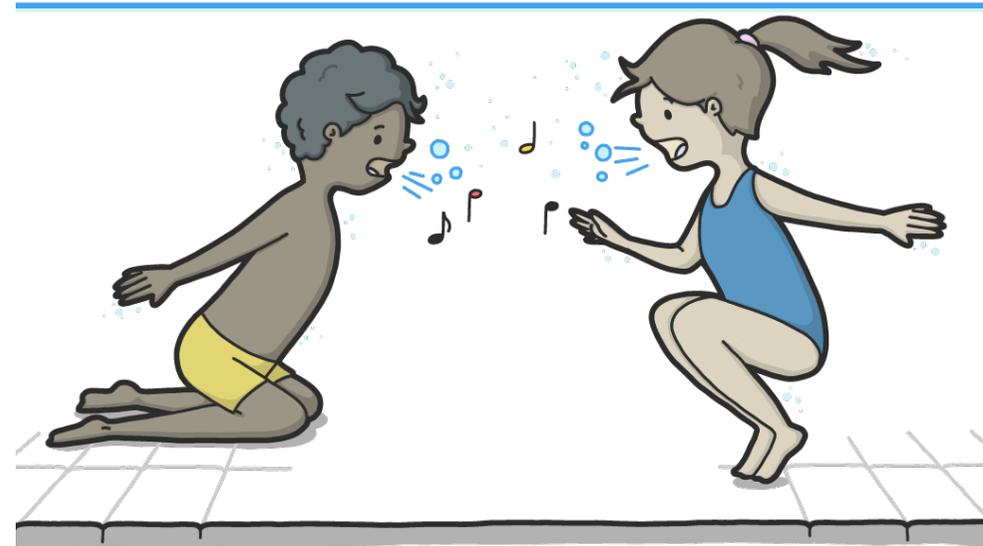
1



2



3



GRUNDFERTIGKEIT

TAUCHEN

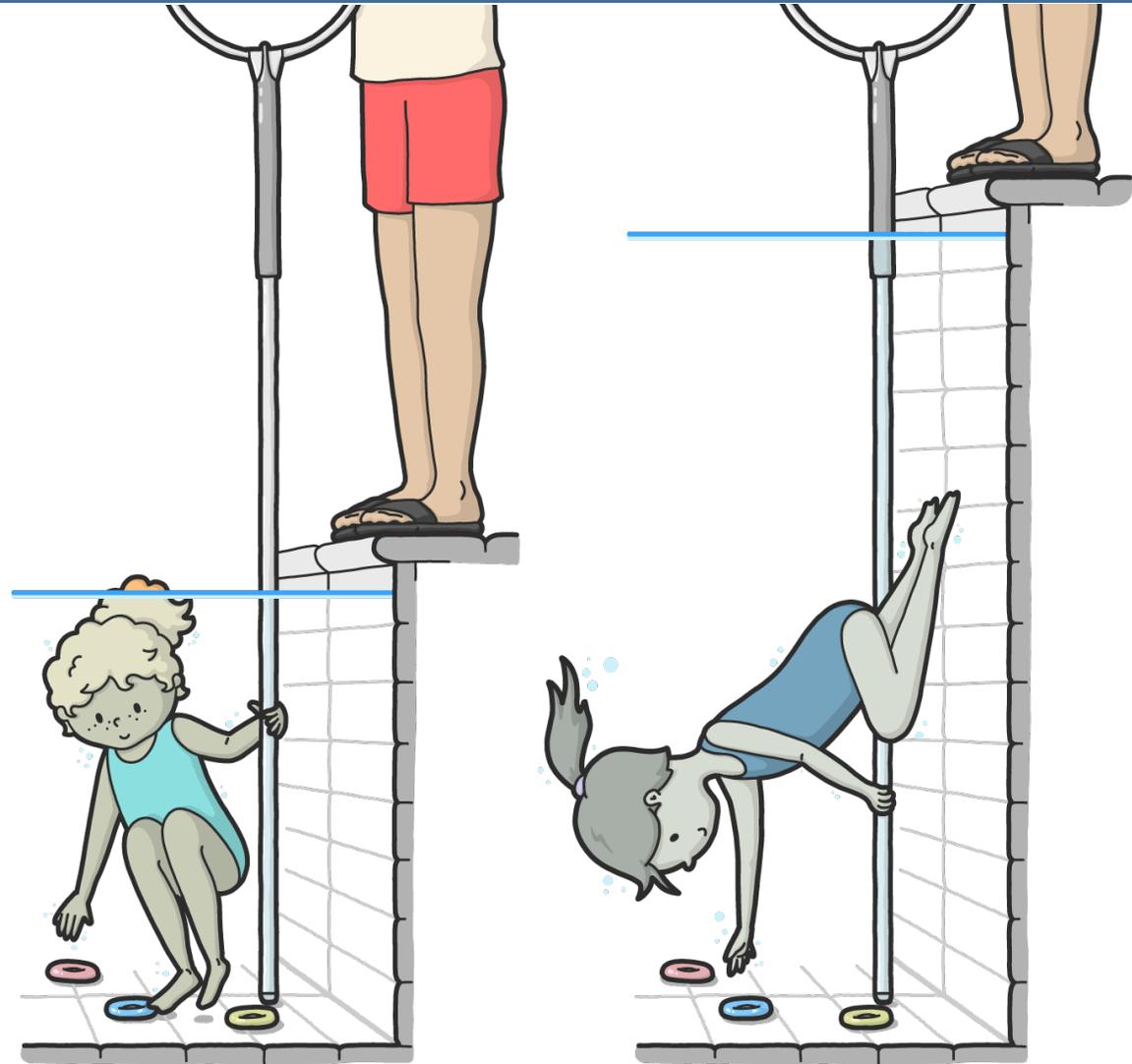


Es wird immer zu zweit getaucht!

SCHWIMMEN UNTERRICHTEN - FORTBILDUNG

FEUERWEHRSTANGE

Hangle dich an der Stange nach unten
und hole einen Ring nach oben.



GRUNDFERTIGKEIT

AUFTREIBEN & SCHWEBEN

QUALLE & SEESTERN

1 QUALLE



2 SEESTERN



VARIANTE: Seestern in Bauchlage



GRUNDFERTIGKEIT

SPRINGEN



Achtung bei Sprüngen
ins **Flachwasser** (1,20m)!

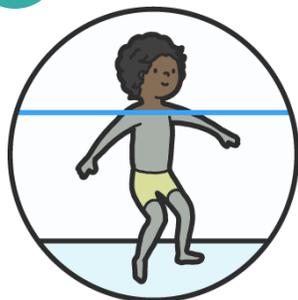
1,20m

Kopfwärtige Sprünge erst ab
1,80m Wassertiefe (**Tiefwasser**)!

>1,80m

SPRÜNGE IM FLACHWASSER

1 Hüpfen



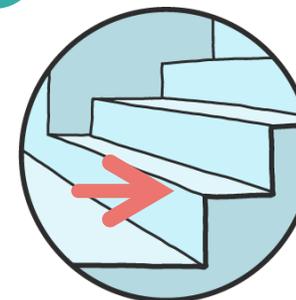
2 Hopslerlauf



3 Ohrfeigensprung



4 Von der Stufe

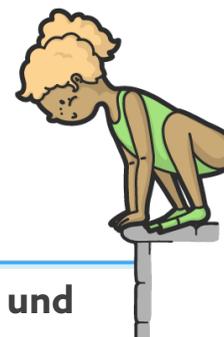


SPRÜNGE INS FLACHWASSER

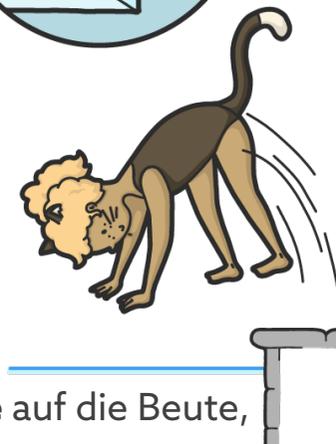
1 Watschel
wie ein Pinguin



2 Springe und
quake wie ein Frosch



3 Stürze auf die Beute,
wie eine Raubkatze



REAKTIONSSPRUNG MIT SCHREI

1 GEISTESBLITZ

Jemand **sagt**:

FARBE

ROT

Du **schreist** deinen
ersten Gedanken als
Antwort und **springst**.



2 PANTOMIME

Jemand **sagt**:

BOGEN-
SCHÜTZIN

AHH!

Du **schreist**,
machst nach
und **springst**.



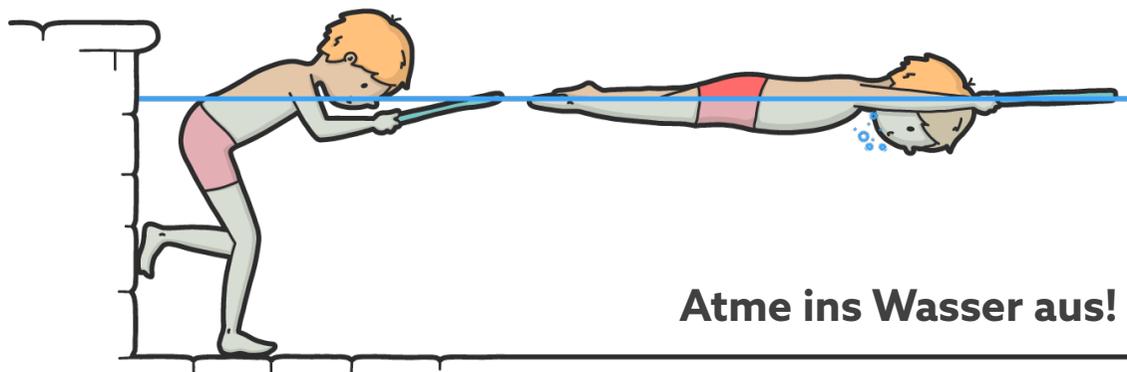


GRUNDFERTIGKEIT

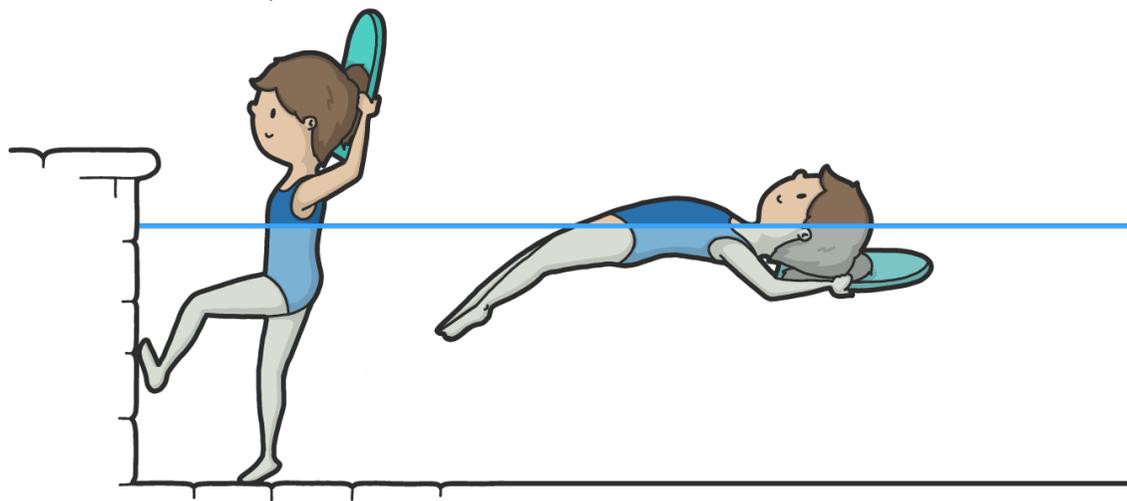
GLEITEN

GLEITEN AUF DEM BAUCH & RÜCKEN

1



2



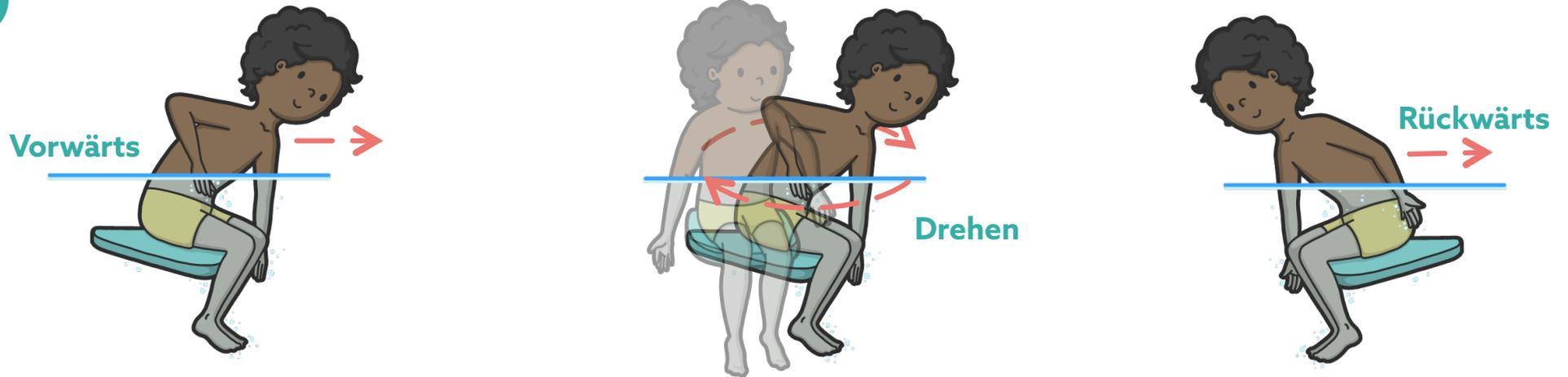


GRUNDFERTIGKEIT

FORTBEWEGEN

BÖTCHENFAHREN

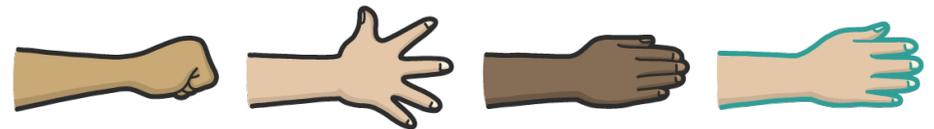
1



2

Teste das Rudern mit verschiedenen Handhaltungen.

BEOBACHTE: Was klappt am besten?



DER WASSER-NINJA



DIE KARTEI IN DER PRAXIS



1. **Lerntheke**
2. **Stationsbetrieb**
3. **Lehrergeleitet mit unterstützendem
Bildmaterial**

