

Schwimmunterricht - Was macht man da so ?!

Beitrag von „Schmeili“ vom 8. September 2008 16:59

Das war meine 2. Schwimmstunde mit einer 2. Klasse. Die Bahnen sind bei mir auch nur 16,xx meter lang

6x1 Bahn Brustschwimmen

4x1 Bahn Brustschwimmen mit Brett, nur Beinbewegung

2 Bahnen Brust ganz ohne Pause

Staffelschwimmen Brust

Partnerübung Tauchen: 2 SuS bekommen Ring, einer wirft und der andere taucht ihn auf.

Abschlusspiel "Delfin, Haifisch, Qualle" (ähnlich wie Feuer, Wasser, Blitz)

3. Stunde

6x1 Bahn Brustschwimmen --> auf sauberen Stil achten

3x1 Rückenschwimmen mit Brett, Brustbeine

2x1 Bahn Rückenschwimmen - Kraulbeine (1 Bahn sehr viel spritzen, 1 Bahn ohne spritzen)

2 Bahnen Brust ohne Pause

Sprünge vom Beckenrand

Freie Spielzeit mit Spielgeräten

4. Stunde

Da die Brusttechnik beherrscht wird, fange ich nun an mit Rücken - bzw. Kraulschwimmen. Mein Problem ist, dass ich 2 Gruppen gleichzeitig betreuen müsste, Schwimmer und Nichtschwimmer. Da das nicht geht, habe ich 2 Mütter, denen ich jeweils aufschreibe, was sie machen sollen. so kann ich halt nur alle 2-3 Wochen wirklich neue Sachen anfangen..

Ich hoffe, dass die das weiter hilft. Achja: Reine "Wasserzeit" haben wir ca. 30-35 Minuten

Grobkonzept ist bei mir (sobald ich einschätzen kann was die Kids können):

- Ausdauerndes Einschwimmen
- Konzentration auf eine Technik, dazu versch. Übungen
- Tauchen
- Spiel, Staffel, freies Spiel, gemeinsames Spiel