

was mache ich mit guten Schwimmern im Unterricht?

Beitrag von „katjab01“ vom 15. Oktober 2012 16:22

Aquajogging wird im tiefen Bereich gemacht. Man wird dabei ja von einem Gurt getragen und läuft im Wasser, aber nicht auf dem Boden.

Und zum Kleidungsschwimmen gibt es in vielen Schwimmbädern spezielle Anzüge, die nur zum Kleidungsschwimmen genutzt werden. Die Ausbildung zum Rettungsschwimmer sieht das bspw. vor.

Ansonsten würde ich auch vorschlagen: verschiedene Stilarten anbahnen, wobei da an erster Stelle nach dem Brustschwimmen das Rückenschwimmen (ohne Arme) und das Kraulschwimmen stehen. Technikübungen mit Brett, etc. Wettschwimmen: Wer ist am schnellsten nur mit Armen und nur mit Beinen? Transportstaffel mit einer Luftmatratze war bei uns früher hoch im Kurs (ein Kind auf die Luma, 2, 3 oder 4 Kinder müssen die Luma durchs Becken ziehen)