

## **was mache ich mit guten Schwimmern im Unterricht?**

### **Beitrag von „catweazle“ vom 15. Oktober 2012 11:05**

hallo,

ich darf zum ersten mal die starke schwimmgruppe (von drei gruppen insgesamt) unterrichten.

der witz ist: die schwimmen recht gut und nun frage ich mich, wie ich die Kinder in den nächsten Monaten(!) sinnvoll herausfordere.

habt ihr ideen?

danke im voraus

---

### **Beitrag von „Ruhe“ vom 15. Oktober 2012 11:16**

Eine Möglichkeit wäre doch die Schüler Schwimmabzeichen (Seepferdchen, Seeräuber, Freischwimmer, ....) machen zu lassen.

Meine Nichte hat jetzt mit 4,5 Jahren den Freischwimmer geschafft.

So etwas wäre doch ein Anreiz.

---

### **Beitrag von „Susannea“ vom 15. Oktober 2012 11:49**

Können die denn schon alle Stilarten? Sonst eben Delfin z.B. beibringen und eben das, was man im Schwimmverein ja auch macht, wie Beinschlag kräftigen, Armzug kräftigen, Wenden üben, Tauchstrecken, Transportschwimmen usw. damit die Zeiten noch besser werden und das Repertoire auch!

---

## **Beitrag von „lissy“ vom 15. Oktober 2012 15:47**

(Kopf)Sprünge üben, eine Aquajogging Stunde, Rollwende, Abschleppen, mit Kleidung schwimmen.

---

## **Beitrag von „immergut“ vom 15. Oktober 2012 16:04**

### Zitat von lissy

eine Aquajogging Stunde + mit Kleidung schwimmen.

Ersteres könnte aber schwierig werden, da der Nichtschwimmerbereich ja sicher durch Nicht-(gut)- Schwimmer belegt ist und man für solche Sachen doch eher den flachen Bereich braucht, oder? Und gegen Zweiteres dürfte der Bademeister (oder Mama) was haben. Wenn nicht - cool!

---

## **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)

---

## **Beitrag von „immergut“ vom 15. Oktober 2012 16:28**

Hej Katja,

danke für die Infos! Ich dachte nur, dass man das Jogging in einem flacheren Bereich macht, weil ich mir das so anstrengend vorstelle und Angst hätte, dass mir dabei reihenweise Kinder schlapp machen. Aber nun bin ich ja wieder ein bisschen schlauer. Vor allem die Kleidungsschwimmensache ist gut zu wissen! 😊

---

### **Beitrag von „Susannea“ vom 15. Oktober 2012 23:55**

#### Zitat von immergut

Ersteres könnte aber schwierig werden, da der Nichtschwimmerbereich ja sicher durch Nicht-(gut)- Schwimmer belegt ist und man für solche Sachen doch eher den flachen Bereich braucht, oder?

Geht in beidem, im tieferen mit Gürteln oder Schwimmflügeln z.B. (gibt z.B. extra dazu welche für Erwachsene)

#### Zitat von immergut

Und gegen Zweiteres dürfte der Bademeister (oder Mama) was haben. Wenn nicht - cool!

DAs glaube ich kaum! Sollen ja nicht unbedingt die eigenen sein!

---

### **Beitrag von „lissy“ vom 16. Oktober 2012 07:48**

Eine Kollegin lässt in der letzten Stunde immer eine Zeit mit Kleidung schwimmen. Es gab noch nie Ärger. Weder mit Mamas noch Bademeister. Die Kinder bringen dafür einen sauberen langärmeligen Schlafanzug mit. Ich finde die Erfahrung ziemlich wichtig, schließlich fallen die meisten nicht dann ins Wasser, wenn sie nur den Badeanzug an haben.

---

## **Beitrag von „kahluu“ vom 16. Oktober 2012 07:57**

### Zitat von lissy

Eine Kollegin lässt in der letzten Stunde immer eine Zeit mit Kleidung schwimmen. Es gab noch nie Ärger. Weder mit Mamas noch Bademeister. Die Kinder bringen dafür einen sauberen langärmeligen Schlafanzug mit. Ich finde die Erfahrung ziemlich wichtig, schließlich fallen die meisten nicht dann ins Wasser, wenn sie nur den Badeanzug an haben.

---

Wirklich jetzt? Denn Sinn dahinter verstehe ich schon aber ich kann mir nicht vorstellen, dass das auf Dauer ohne Proteste von Bademeister und Eltern möglich ist. Zumindest nicht in unserem Hallenbad!

---

## **Beitrag von „katjab01“ vom 16. Oktober 2012 09:20**

kahluu: Dann frag doch mal die ortsansässige DLRG, ob die Anzüge für's Kleiderschwimmen haben, die du dir mal ausleihen könntest. Wie gesagt, die DLRG braucht regelmäßig Kleidung fürs Kleidungsschwimmen und die haben da spezielle Stoffanzüge, die nur dazu da sind. Zumindest bei uns.

---

## **Beitrag von „Schmeili“ vom 16. Oktober 2012 10:33**

Was können sie denn genau alles schon? Gerade beim Schwimmen gibt es ja immer Stufen nach oben.

Meine "Reihenfolge" ist in etwa so (teils auch parallel):

- Wassergewöhnung
- Schwimmbewegungen mit und ohne Hilfsmitteln
- Brustschwimmen bis Seepferdchen
- Rückenschwimmen mit Brett, Brustbeinschlag
- Rückenschwimmen mit Brett, Wechselbeinschlag
- Kraularm-Einführung - mit Brett, ohne Brett
- Startsprünge

- mit Pullboy (wenn vorhanden) auch Arme separat üben, zur Not Brett hochkant zw. beine Klemmen
- Rückenkraul
- Kraul in Bauchlage (komplett)
- einfaches Transportschwimmen (beginnend mit Ziehen, dann erst Schieben)
- Kleiderschwimmen (geht auch mit nem einfachen T-Shirt)
- Abschleppübungen --> das habe ich schulisch aber frühestens in der Mittelstufe mit den Kids machen können

#### Übungsformen

- in Reihe Schwimmen
- Sprints
- Ausdauerschwimmen (gaaaanz wichtig!!)
- Staffeln
- Schwimmspiele

Parallel dazu immer das Tauchen:

- Partner Tauchübungen
- Ringe auftauchen
- durch Beine tauchen
- Slalomtauchen
- Streckentauchen (tw. mit Aufgaben)
- div. Tauchspiele

Ich hoffe, ich habe nun nicht allzuviel vergessen...

---

#### **Beitrag von „catweazle“ vom 16. Oktober 2012 17:05**

vielen dank soweit,  
da sind schon sehr viele gute ideen dabei!

mit kleidung schwimmen machen wir übrigens mit jedem jahrgang einmal. ist pädagogisch sinnvoll und macht den kindern spaß.