

DAS BUCH

Das Buch beinhaltet ein vielfältiges und kreatives Jahresprogramm „Schwimmen“, mit dem gezielt die Gesundheit von Kindern und das Schwimmenlernen gefördert werden sollen. Die Kinder werden schrittweise und spielerisch an das Erlebnisfeld Wasser herangeführt und dafür begeistert. Über Erfolgserlebnisse gewinnen sie Wassersicherheit und die innere Bereitschaft, Schwimmen zu lernen. Der Geräteplan und die 82 Unterrichtsabläufe mit verschiedenen Kleingeräten sind vierphasig aufgebaut und bebildert. Sie können wahlweise für Anfänger oder fortgeschrittene Schwimmerschüler ausgewählt werden.

Das Projekt „Schwimmen macht Schule“ wurde 2001 von der Bädergesellschaft Düsseldorf mbH für die Grund- und Förderschulen der Stadt initiiert. Seit 2003 wird es bei über 120 Gruppen die Woche im offenen Ganzttag umgesetzt.

DIE AUTORIN

Dr. Lilli Ahrendt (1968*) hat einen Lehrauftrag an der Deutschen Sporthochschule Köln. Sie entwickelt und betreut das Projekt „Schwimmen macht Schule“ seit 2001 bei der Bädergesellschaft Düsseldorf mbH in den Bereichen der Theorie, der Praxis und der Evaluation. Sie kennt die Inhalte und Aufgabenbereiche der Badbetreiber und der Schulen, die Lehreraus- und -fortbildung und natürlich auch die Wünsche der Kinder. Im Meyer & Meyer Verlag sind von ihr bereits die Bücher „Säuglingsschwimmen“ und „Kleinkindschwimmen“ erschienen.



€ 16,95 [D]

ISBN 978-3-89899-414-9



www.dersportverlag.de

Schwimmen macht Schule

Lilli Ahrendt



Schwimmen macht Schule

- 82 Ideen für die Unterrichtspraxis
- Orientiert sich an den Lehrplänen für den Schulsport
- Kreatives Jahresprogramm für Schwimmerschüler

Lilli Ahrendt



MEYER
& MEYER
VERLAG

Schwimmen macht Schule

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit haben wir uns entschlossen, durchgängig die männliche (neutrale) Anredeform zu nutzen, die selbstverständlich die weibliche mit einschließt.

Das vorliegende Buch wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder die Autoren noch der Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch vorgestellten Informationen resultieren, Haftung übernehmen.

Lilli Ahrendt

SCHWIMMEN MACHT SCHULE



Meyer & Meyer Verlag

Papier aus nachweislich umweltverträglicher Forstwirtschaft.
Garantiert nicht aus abgeholzten Urwäldern!

Schwimmen macht Schule

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen
Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Details sind im Internet über
<<http://dnb.d-nb.de>> abrufbar.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie das Recht der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form – durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren – ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, gespeichert, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© 2008 by Meyer & Meyer Verlag, Aachen
Adelaide, Auckland, Budapest, Cape Town, Graz, Indianapolis,
Maidenhead, New York, Olten (CH), Singapore, Toronto



Member of the World
Sport Publishers' Association (WSPA)

Druck: B.O.S.S Druck und Medien GmbH

ISBN 978-3-89899-414-9

E-Mail: verlag@m-m-sports.com

www.dersportverlag.de

Vorwort	9
1 Warum im Wasser bewegen – schwimmen lernen?	11
2 Ermittlungen und Maßnahmen des Projekts „Schwimmen macht Schule“	13
3 Methodische und didaktische Überlegungen zum Schwimmunterricht	21
4 Schwimmtechniken und Wassersicherheit	23
5 Jahresplanung, Unterricht und Geräte	27
6 Unterrichtsentwürfe	33
> Stunde 1: Duschspiele, Raum- und Beckengewöhnung	34
> Stunde 2: Grundfertigkeiten sichten	38
> Stunde 3: Eierlöffel und Tischtennisbälle	42
> Stunde 4: Pinsel und Lochmatten	46
> Stunde 5: Schöpfkellen	50
> Stunde 6: Trichter	54
> Stunde 7: Wäscheleine und Klammern	58
> Stunde 8: Blumensprüher	62
> Stunde 9: Stapelbecher	66
> Stunde 10: Puzzleteile	70
> Stunde 11: Geschirrtücher	74
> Stunde 12: Waschlappen und Wäscheleine	78
> Stunde 13: Schüsseln und Eimer	82
> Stunde 14: Fahrradschläuche	86
> Stunde 15: Schwämme und Schwimmmatten	90
> Stunde 16: Filmdosen	94
> Stunde 17: Rasselflaschen und Schwimmbretter	98
> Stunde 18: Softbälle und Schwimmreifen	102

INHALT

> Stunde 19:	Schwimmbretter	106
> Stunde 20:	Tauchringe	110
> Stunde 21:	Topfkratzer und Eimer	114
> Stunde 22:	Schwimmdecken	118
> Stunde 23:	Eimer	122
> Stunde 24:	Enten	126
> Stunde 25:	Tröten	130
> Stunde 26:	Tauch- oder Gymnastikreifen	134
> Stunde 27:	Bunte Plastikbälle und Eimer	138
> Stunde 28:	Verbindungsstücke von Poolnudeln	142
> Stunde 29:	Wasserbälle	146
> Stunde 30:	Poolnudeln und Verbindungsstücke	150
> Stunde 31:	Frisbee-Scheiben und Wäscheleine	154
> Stunde 32:	Seil	158
> Stunde 33:	Schwimmreifen	162
> Stunde 34:	Röhrchen und Lochdecken	166
> Stunde 35:	Plastikschläuche	170
> Stunde 36:	Spritzflaschen	174
> Stunde 37:	Grundfertigkeiten testen	178
> Stunde 38:	Schwimmtübungen und Ballspiele	182
> Stunde 39:	Gewöhnung ans Tiefwasser	186
> Stunde 40:	Sicherheit mit Leine oder Seil im Tiefwasser	190
> Stunde 41:	Ausdauer im Tiefwasser	194
7	Schwimmtests	198
8	Baderegeln	202
9	Anhang	205
1	Literatur und Filme	205
2	Adressen	207
3	Bildnachweis	207



Dank

Mein besonderer Dank gilt Herrn Steinmetz und Herrn Merzig von der Bädergesellschaft Düsseldorf mbH, die mir die volle Unterstützung für das Projekt „Schwimmen macht Schule“ in Düsseldorf gewährten. Gottfried Ahrendt danke ich für die textlichen Korrekturen.

SCHWIMMEN MACHT SCHULE



VORWORT

Öffentliche Bäder sind Begegnungsstätten für Sport und Erholung, Unterricht und Training für jedermann, um sich individuell oder gemeinsam zu bewegen. Kinder finden hier einen idealen, allgemein behüteten Ort, an dem sie lebenswichtige Erfahrungen für ihre gesamte Entwicklung sammeln können, nämlich den Umgang mit dem Element Wasser und das Schwimmenlernen selbst. Der gesundheitliche Aspekt wird sicher erst später in ihr Bewusstsein dringen.

Frau Dr. Ahrendt startete 2002 das Projekt „Schwimmen macht Schule“ im Auftrag der Bädergesellschaft Düsseldorf mbH auf Grund sinkender Teilnehmerzahlen beim Schulschwimmen mit dem Ziel, Kinder, Eltern und Lehrer wieder für das nasse Element zu begeistern.

2008 können wir auf viele Maßnahmen zurückschauen und bilanzieren:
Es hat sich gelohnt.

- >> Unsere Schwimmstätten wurden mit kindgerechten Materialien ausgestattet.
- >> Unsere Bäder sind auf Grund regelmäßiger Nutzungsüberprüfungen und einem transparenten und flexiblen Belegungssystem im Internet besser ausgelastet.
- >> Die Praxis mit Grundschulen in Pilotprojekten und im Offenen Ganztag (OGT) brachte grundlegende Einblicke in den Schulbetrieb und den schwimmerischen und gesundheitlichen Entwicklungsstand von Kindern. Die jährlichen Erhebungen zur Schwimmfähigkeit von Kindern erfassen Trends und Veränderungen.
- >> Die regelmäßigen Fortbildungen für Lehrer und Lehrteam (OGT) ermöglichten bedarfsorientierte Nachqualifizierung im Bereich der Didaktik und Methodik.
- >> Die Einrichtung von kindgerechten Schwimmangeboten im OGT und in Kindergärten schafft eine gute Basis und verbesserte Wassersicherheit für den schulischen Schwimmunterricht und den öffentlichen Badebetrieb.
- >> Der Jahresplan Schwimmen ermöglicht kindgerechten, kreativen und abwechslungsreichen Unterricht im Wasser. Die Kinder lernen das Wasser kennen, erproben schrittweise seine Eigenschaften und lernen über ihre natürlichen Bewegungsmuster allmählich, sich darin gezielt fortzubewegen. Jede Stunde werden die schwimmerischen Grundfertigkeiten geübt und die Lernziele systematisch überprüft.

Wir wünschen diesem Buch eine gute Verbreitung; hier in Düsseldorf profitierten wir bereits von diesen Ideen.

Rüdiger Steinmetz
(Geschäftsführer Bädergesellschaft Düsseldorf mbH &
Präsident Bundesfachverband Öffentliche Bäder e.V.)

Ralf Merzig
(Leiter Bäderbetriebe)