

Personale
Kompetenz

Soziale
Kompetenz

Sach-
kompetenz

Methoden-
kompetenz

<p><u>Bewegungsfeld:</u> „Bewegen im Wasser“ <u>Standard:</u> Sich sicher und kontrolliert im Wasser in mindestens einer Schwimmtechnik bewegen</p>	<p>Querverbindungen zu den einzelnen Lernbereichen</p>	<p>Leistungsfeststellung Leistungsbeurteilung Förderung</p>	
	<p>Wasserbewältigung (Tauchen, Springen, Atmen, Schweben, Gleiten)</p> <p><u>Übungsbeispiele Atmen (mit Bodenkontakt):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Luftballon aufblasen • Luftballon über die Wasseroberfläche blasen • Luftballon aus einem Gymnastikreifen mit mehreren Kinder blasen • Löcher ins Wasser blasen • Tischtennisball, Entchen etc. über Wasser blasen • Geräusche ins Wasser (Seelöwenkonzert) ausführen • Ins Wasser blubbern • Feuerwehrrampe (Handfassung, abwechselnd ein Kind geht unter Wasser und bläst die Luft aus) • Beide Kinder gehen unter Wasser und blasen die Luft aus • Fingerspiele unter Wasser (Zahlen raten, Geheimzeichen) • Wer kann sich auf den Boden setzen? An der Treppe beginnen! 	<p>Lernbereich Sachunterricht (Atmung)</p>	<p>„Kann-Buch“ Selbsteinschätzungsbögen „Das kann ich schon im brusthohem Wasser“</p> <p>Tauch-ABC (Selbsteinschätzungsbögen/Lehrerbögen)</p>



- Wer kann sich auf den Boden legen?
- dto. als Paar, als Gruppe ,.....

Übungsbeispiele Auftrieb-Schweben:

- Übungen mit Bällen, Schwimmbrettern
- Partnerübung mit Handfassung (Teilkörperschwebe)
- Kreisauflistung mit Handfassung (jeder zweite legt sich auf den Rücken/Bauch)
- Kreisauflistung mit Handfassung (alle legen sich auf das Wasser)!
- Qualle (zunächst Schwebqualle)
- Qualle und vorsichtig nach unten drücken (vormachen/freiwillig)
- Qualle und Luft ausblasen (Was passiert?)
- Toter Mann (Bauchlage)
- Seestern (Rückenlage)

Übungsbeispiele Gleiten in Brustlage:

- Vom Stützeln an der Treppe zum Gleiten
- Zur Treppe gleiten
- Zum Beckenrand gleiten
- Partnerübung: Ziehen des Kindes - Achselgriff
- Partnerübung Ziehen und Schieben mit gestreckten Armen
- Dreiergruppe : Zwei Kinder halten sich an den Händen, ein Kind legt sich auf die Hände und wird nach einigen Hin und Herr wie ein Torpedo herausgeschleudert.
- Gleiten von der Treppe

Lernbereich
Sachunterricht
(Versuche
beschreiben)
Stationskarten

Gleit-ABC
(Selbsteinschätzungs-
bögen/Lehrerbögen)

Anfängergruppe/
Fortgeschrittenen
Gruppe



- Gleiten nach Abstoß von der Beckenwand
- Dephinsprünge ausführen und Gleiten
- Gleiten mit Schwimmbrett

Übungsbeispiele Gleiten in Rückenlage:

- Gleiten mit Schwimmbrett vor der Brust
- Gleiten mit Schwimmbrett im Nacken
- Ziehen und Schieben eines Partners in Rückenlage
- Gleiten von der Treppe
- Gleiten von der Wand
- Unter Wasser gleiten (Atmung beachten)

Tauchübungen nach Gegenständen, um Hindernisse, durch Hindernisse und in die Weite



Lernbereich
Mathematik

Lernbereich
Sachunterricht
(Tauchgegenstände
herstellen, z.B. Aldi-
Flaschen,
Wasserbomben)

Erst wenn das Kind
ca. drei Körperlängen
gleiten kann, kann
man mit der
Schwimmtechnik
beginnen!

Richtiges Aufstehen
Beine anwinkeln und
hinstellen

Leistungsdiagramm
„In die Weite
tauchen“
(„Daten erfassen und
darstellen)

Lernausgangs- lage, Vorerfahrungen	Sportförderunterricht		Bronze		Anzahl der Schüler		Zeitraum	Verantwortliche Lehrkräfte
	Nichtschwimmer		Silber		männlich	weiblich		
	Frühschwimmer		Schwimmverein					