

# Inhalt

1. Vorwort	7
2. Bewegen im Wasser – Inhalte eines Sportunterrichtes im Schwimmbad	11
3. Safety first – notwendige Organisationshinweise	21
4. Vielseitige Wassergewöhnung und -bewältigung mit lernzielorientierten Spielen	31
4.1 Die Angst der Schüler und die Auswirkung auf den Schwimmunterricht	32
4.2 Inhalte der spielerischen Wassergewöhnung und -bewältigung	37
4.3 Lernzielorientierte Spiele	39
4.4 Zusammenfassender Lernzielkatalog zur Wassergewöhnung und Wasserbewältigung	95
5. Wir lernen Schwimmen	101
5.1 Welche Voraussetzungen müssen die Schüler erfüllen, um das Schwimmen zu erlernen?	101
5.2 Entwicklung des Individuellen Schwimmstils	103
5.3 Erlernen des Kraulschwimmens	160
5.3.1 Fehler beim Kraulschwimmen erkennen und verbessern	166
5.4 Erlernen des Brustschwimmens	169
5.4.1 Fehler beim Brustschwimmen erkennen und verbessern	180
5.5. Lernzielorientierte Spiele für das Üben des Schwimmens	183
6. Offenere Formen des Sportunterrichtes im Schwimmbad	227
7. Lernen behinderte Kinder auch das Schwimmen?	295
8. Wie geht es weiter? – Ausblick auf mögliche Schwerpunkte und Projekte	307
9. Literatur	315
10. Anhang	318