

Inhalt

VORWORT	7
A. DIDAKTISCH-METHODISCHE GRUNDLAGEN	9
I. <i>Wichtige Prinzipien im Schwimmunterricht in der Vorschule und Eingangsstufe</i>	9
1. Das Prinzip der Vielseitigkeit	9
2. Das Grobformprinzip	13
3. Das Kombinationsprinzip	13
4. Das Integrationsprinzip	14
II. <i>Allgemeine Hinweise zur Unterrichtsgestaltung</i>	15
1. Unterrichtsformen beim Schwimmen mit fünf- bis siebenjährigen Kindern	15
2. Allgemeine Grundsätze für den Ausbilder	15
3. Hinweise zum Gebrauch verschiedener Fachausdrücke	17
III. <i>Spezielle Hinweise zur Arbeit mit dem Kursprogramm</i>	19
1. Hinweise zu den Stundenbildern	19
2. Hinweise zu einzelnen Hilfsgeräten	20
3. Einteilung der Kinder in Kleingruppen	23
4. Merksätze für die Aufsicht	24
5. Organisationsformen im Unterricht	24
6. Ausbilderverhalten bei extrem „wasserscheuen“ Kindern	26
7. Zusätzliche Maßnahmen zur Steigerung des Kurserfolges	28
B. UNTERRICHTSPRAXIS	30
I. <i>Günstige Voraussetzungen für einen Schwimmkurs in Vorschule und Eingangsstufe</i>	30
II. <i>Einteilung des Kursprogramms nach Schwerpunkten</i>	31
III. <i>Stundenbilder: Stunde 1 bis 15</i>	32—117
IV. <i>Hinweise zur Gestaltung der 16.—20. Stunde</i>	118
1. Nachzügler	118
2. Wassersichere Kinder	118
V. <i>Ansatzpunkte für die weiterführende Ausbildung in Schule und Verein</i>	127
C. ANHANG	128
I. <i>Schwimmunterricht nach dem Kursprogramm unter erschwerten Bedingungen</i>	128
1. Zeitliche Einschränkungen	128
2. Schwimmunterricht im Freibad	129
3. Anfängerunterricht in schwimmtiefem Wasser	129
4. Schwimmunterricht ohne Flossen	131

II. <i>Aufbau der vier Grundschwimmarten bis zur Grobform</i>	132
1. Kraul- und Rückenkraul	132
2. Brustschwimmen	134
3. Delphin	136
4. Zusammenstellung der möglichen Mischtechniken	137
5. Bewegungsbeschreibung (B. B.) und Bewegungsanweisung (B. A.) zu den Grobformen der vier Schwimmarten	137
III. <i>Zusammenstellung der wichtigsten Bewegungsanweisungen durch Zeichen</i>	144
1. Allgemeine Zeichen	144
2. Beispiele für optische Bewegungsanweisungen und Korrekturen zu verschiedenen Schwimmtechniken	145
IV. <i>Zusammenstellung der wichtigsten „Hausaufgaben“ zum Kursprogramm</i>	146
1. „Kopf ins Wasser“	146
2. Beinschlagübungen	146
3. Armzugbewegungen	147
4. Übungen zur Sensibilisierung für die Bewegungen der Arme und Hände und Beine und Füße	147
V. <i>Zusammenfassung der Testübungen zur Gruppeneinteilung in der 2. Stunde</i>	148
VI. <i>Schwimmkurse im Kindergarten</i>	149
1. Probleme bei der Einbeziehung des Schwimmens in die Kindergartenarbeit	149
2. Vorteile eines Schwimmkurses im Kindergarten	150
3. Voraussetzungen, Ergebnisse und Auswirkungen des Tübinger Versuchskurses	151
4. Merksätze und Hinweise für die Durchführung von Schwimmkursen im Kindergarten	154
5. Vorschläge für die Aus- und Fortbildung von Erzieherinnen für den Schwimmunterricht	155
VII. <i>Materialien aus der Praxis</i>	156
D. LITERATUR	166