

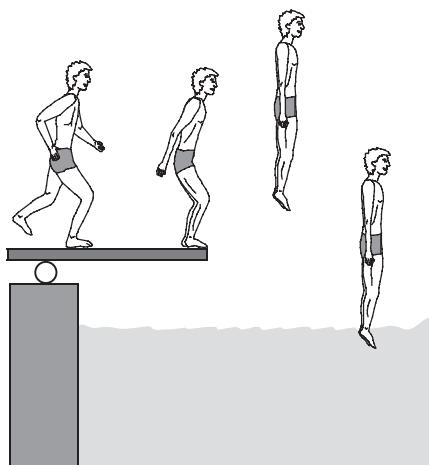
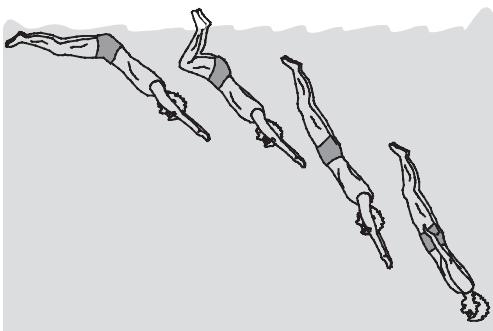
Stundenbild Nr. 35:

→ Seite 183

Wir holen Fische für Pauli

- **Dynamische Gesamtkörperkoordination**
- ▷ **dynamischer Auftrieb**

- Fortbewegung in Brustlage – Tauchen kopfwärts
 - mit Eigenantrieb der Arme, Brustarmzug unter Wasser – der Beine, Brustbeinschlag unter Wasser
 - von der Wasseroberfläche zum Grund und zurück



Stundenbild Nr. 36:

→ Seite 185

Wir tauchen unter dem Königsschiff durch

- **Dynamische Gesamtkörperkoordination**
- ▷ **dynamischer Auftrieb**

- Fortbewegung in Brustlage – Tauchen kopfwärts
 - mit Eigenantrieb der Arme, Brustarmzug unter Wasser – der Beine, Brustbeinschlag unter Wasser
 - Streckentauchen



Stundenbild Nr. 37:

→ Seite 188

Die Äquatortaufe

- **Springen**
- ▷ **Anlauf**
- aus der Ruhestellung (Sitz/Hocke/Stand)
- aus der Bewegung (Gehen)
- vorwärts/fußwärts
- Eintauchen in gestreckter Körperhaltung
- und anschließendes Streckentauchen

Stundenbild Nr. 39:

→ Seite 194

Wir tauchen mit Delfino

- **Dynamische Gesamtkörperkoordination**
- ▷ **dynamischer Auftrieb**

- Fortbewegung in Brustlage – Delfinwelle
 - mit Eigenantrieb der Arme, Delfinbewegung unter Wasser – der Beine, Delfinbeinschlag unter Wasser
 - nach Kopfsprung
 - mit Abtauchen zum Grund

