

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>2</b>
<b>Vorbemerkungen</b>	<b>3</b>
Checkliste für den Schwimmunterricht	6
Elternfragebogen für den Schwimmunterricht	7
Schwimmregeln für Kinder	8
Beobachtungsbogen – Die ersten Schwimmstunden	9
	<b>Wassergewöhnung</b>
Einfache Spiele zur Wassergewöhnung im brusttiefen Wasser	10
Angeleitete Übungen	11
Wassermann-Prüfung	13
	<b>Wasserbewältigung</b>
Spiele zur Wasserbewältigung im brusttiefen Wasser	14
Lernkarten Wasserbewältigung	15
Piraten-Prüfung	26
	<b>Schwimmarten</b>
<b>Kraulschwimmen</b>	
Kraulschwimmen Technikkarte	28
Diagnose und Lernentwicklung „Kraulschwimmen“	29
Lernkarten Kraulschwimmen	30
Fehlerkorrektur „Kraulschwimmen“	43
<b>Brustschwimmen</b>	
Brustschwimmen Technikkarte	44
Diagnose und Lernentwicklung „Brustschwimmen“	45
Lernkarten Brustschwimmen	46
Fehlerkorrektur „Brustschwimmen“	58
<b>Rückenschwimmen</b>	
Rückenschwimmen Technikkarte	59
Diagnose und Lernentwicklung „Rückenschwimmen“	60
Lernkarten Rückenschwimmen	61
Fehlerkorrektur „Rückenschwimmen“	67
	Spiele im tiefen Wasser für Schwimmer
 	68
	Tauchen für Fortgeschrittene
 	69
	Kopfsprungtraining
 	72
	Sprünge für Fortgeschrittene
 	74
	Rettungsschwimmen
 	77
	Kapitäns-Prüfung
 	79