

Unbestritten ist, dass Schwimmen an der Wasseroberfläche stattfindet. Doch hat es Sinn, dem Schwimmanfänger von Beginn an das Schwimmen an der Wasseroberfläche beizubringen?

Häufig wird im Lernprozess des Schwimmenlernens das Kind durch den Einsatz von Auftriebskörpern gezielt an der Wasseroberfläche gehalten. Hierbei geht dem Lernenden der Erwerb einer Vielzahl von Fähigkeiten verloren, die für den Lernprozess des Schwimmenlernens dringend notwendig sind.

Bissig beschreibt in seinem Buch „Schwimmwelt“ (Bissig et al., 2004, Bern), dass Schwimmenlernen unter Wasser beginnt. Im Zentrum der Lernphase der Wassergewöhnung und Wasserbewältigung müssen das **Tauchen, Atmen, Schweben und Auftreiben, Gleiten, Springen, Fortbewegen und Antreiben** stehen. Diese Kernelemente sind Voraussetzung dafür, dass der Schwimmer sich sicher im und unter Wasser bewegen kann. Die einzelnen Funktionen stehen in Wechselwirkung zueinander und können in vielen Spielformen -zum Teil auch gleichzeitig- geschult werden. Die Fähigkeiten können einzelnen Spielen zugeordnet werden.

Das Buch zur Ausbildung „Kursleiter Schwimmen lernen“ ist erschienen !!!



1. Aufl., DIN A4 Format, 256 Seiten, Paperback mit Fadenheftung, in Farbe

Interessenten melden sich bitte im Jugendsekretariat oder unter info@dsv-jugend.de

Tauchen

Die ersten Spiele haben zum Ziel, den Kindern die Scheu vor „Wasser im Gesicht“ zu nehmen. Aufgaben, bei denen, wie z. B. bei dem Spiel **Wachstraße**, viel gespritzt wird, bieten sich hierzu an.



Wachstraße

Die Kinder bilden eine Wachstraße. Nach dem Nassmachen des Autos, das von einem Kind gespielt wird, wird das Fahrzeug eingeseift (ins Wasser blubbern) und anschließend trocken gepustet.

Auch das Einsetzen von Bällen bietet sich aufgrund des unvermeidlichen Spritzens an. Um zu vermeiden, dass sich die Kinder die Nasen zuhalten oder die Augen zu kneifen, eignen sich Spiele, bei denen wie z.B. beim **Autofahren** oder bei der **Zahlenkünstlerin** die Hände und Augen gebraucht werden.



Autofahren

Ein Ring dient als Lenkrad, wenn die Autos mit viel Motorengeräusch (ins Wasser blubbern) durch das Wasser fahren. Ein Polizist gibt Anweisungen.



Zahlenkünstlerin

Bei der „Zahlenkünstlerin“ zeigen sich zwei Kinder abwechselnd unter Wasser mit den Fingern Zahlen. Sobald der Partner die Zahl erkennt, stößt er entsprechend viele Ausatemungsstöße aus.

Atmen

Untrennbar mit dem Tauchen hängt das Atmen zusammen. Bei anfänglichen Spielformen wie dem **Eierklau** wird nur ins Wasser gepustet, ohne dabei unterzutauchen.



Eierklau

Die Kinder treiben Tischtennisbälle nur durch Pusten vor sich her. Zum Eierklauen dürfen die Hände benutzt werden, wobei das geklaute Ei zusätzlich vor sich hergetrieben werden muss.

Das Kind muss seinen Kopf tiefer ins Wasser halten, wenn das oben beschriebene Spiel **Autofahren** erschwert wird, indem die Kinder statt an der Wasseroberfläche ins Wasser blubbern sollen. Beim nächsten Schritt, zu dem das Spiel **Bagger** gehört, werden sich die Kinder vollständig unter Wasser begeben.



Jedes Kind ist ein Bagger, der die Aufgabe hat, unter Wasser Kieselsteine hochzuholen.

der Fähigkeiten im Schwimmlernprozess“

Schweben und Auftreiben

Die Auftriebserfahrung ist die Voraussetzung des Liegens auf dem Wasser und damit auch jeder Schwimmlage. Zur Erleichterung können zu Beginn Spiele mit Auftriebskörpern gewählt werden.



In einem Müllsack eingeschlossene Luftballons dienen als Bulle zum Rodeoreiten

Statt der Auftriebskörper können auch die anderen Kinder wie beim **Fliegenden Teppich** eine vertrauenswürdige Hilfe sein.



Fliegender Teppich

Die Kinder laufen angefasst im Kreis. Auf Kommando hebt jedes zweite Kind (vorher abzählen) die Beine vom Boden ab.

Seestern- Qualle- Krebs ist ein Spiel, bei dem das Kind ohne Hilfsmittel an der Wasseroberfläche schwebt.

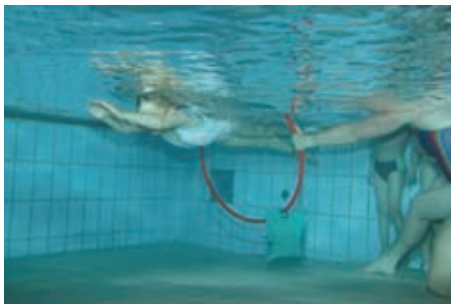


Seestern- Qualle- Krebs

Die drei Meerestiere sind Kommandos für unterschiedliche Positionen, die die Kinder im Wasser einnehmen sollen.

Gleiten

Der Auftrieb wird durch eine Vorwärtsbewegung noch verstärkt. Zuerst noch an der Wasseroberfläche wie beim Spiel **Rakete** wird das Kind beim Spiel **Krokodile** aufgefordert, sich immer tiefer in das Wasser zu begeben.



Rakete

Das Kind als Rakete fliegt durch die Wolken, der durch einen an der Wasseroberfläche gehalten Reifen dargestellt wird. Der Abstoß erfolgt vom Beckenrand.



Krokodile

Die Reifen werden Schritt für Schritt tiefer gehalten, so dass die Kinder unter die Wasseroberfläche gleiten müssen.

Springen

Das Springen vom Beckenrand macht nicht nur Spaß, sondern fördert auch die Orientierungsfähigkeit unter Wasser und somit die Sicherheit. Die Spiele **Tiershow** und **Zielspringen** können sowohl mit Fuß- als auch mit Kopfsprung angegangen werden.



Tiershow

Jedes Kind präsentiert bei seinem Sprung vom Beckenrand ein Tier, das erraten werden soll.



Zielspringen

Die Kinder springen auf Ansage in Reifen, die in unterschiedlicher Entfernung zum Beckenrand verteilt sind.

Schätzen die Kinder im Vorfeld, welche Ringe sie treffen, stärkt das ihr Selbstbild und fördert, ihre eigenen Fähigkeiten einschätzen zu lernen.

Fortbewegen

Ganz selbstverständlich werden die Kinder versuchen, Bewegungen vom Land, wie das Laufen und Hüpfen, auf das Wasser zu übertragen. Spiele wie **Chaos im Zimmer** unterstützen dies.

**Chaos im Zimmer**

Jede der beiden Mannschaften hat die Aufgabe, ihr Feld möglichst frei von den unterschiedlichen Auftriebskörpern zu halten, die die andere Mannschaft immer wieder in ihr Feld wirft.

Erweitertes Ziel wird es nun, neue Möglichkeiten der Fortbewegung -wie das Fortbewegen in horizontaler Lage beim Spiel **Ruderboot**- zu erschließen.

**Ruderboot**

In Bauch- oder Rückenlage auf einem Schwimmbrett liegend bewegen sich die Kinder mit den Händen rudern im Wasser fort.

Antreiben

Das Abdrücken vom Wasser, die Vortriebs-erzeugung durch Arme und Beine, das Experimentieren mit unterschiedlichen Antriebsmöglichkeiten ist ein wesentlicher Lernschritt im Schwimmlernprozess des Kindes. Während die Kinder bei dem Spiel **Regatta** noch eine Auftriebshilfe benutzen, müssen sie beim Spiel **Rettungsschwimmer** sogar ein weiteres Kind fortbewegen.

**Regatta**

Maximal vier Kinder liegen auf einer großen Auftriebsmatte und versuchen im Wettkampf mit anderen z.B. über Beinbewegungen das gegenüber liegende Ufer zu erreichen.

**Rettungsschwimmer**

Zwei Kinder schleppen ein drittes mit selbstentwickelten Transportformen ab.

Eine Vielzahl von Spiel- und Übungsformen mit breit gefächerten Varianten, die zur Schwierigkeitserhöhung beitragen, sind im neuen, von der dsv-jugend herausgegebenen Handbuch zur Kursleiterausbildung „Schwimmen lernen“ beschrieben und die theoretischen Hintergründe ausführlich erläutert.

Sigrun Schulte

**Jugendvollversammlung der dsv-jugend 2006**

Hiermit lade ich frist- und formgerecht gemäß § 9 (2) der DSV-Jugendordnung zur ordentlichen Jugendvollversammlung 2006 ein.

Die Jugendvollversammlung findet am 20./21.05.2006 in München statt.

Anträge zur Jugendvollversammlung müssen gemäß § 11 der Jugendordnung vier Wochen vor der Jugendvollversammlung (bis spätestens 22. April 2006) dem Vorsitzenden der Deutschen Schwimmjugend schriftlich vorliegen. Antragsberechtigt sind die Jugendorganisationen der Landesschwimmverbände und der Jugendvorstand.

Kai Morgenroth

Vorsitzender der Deutschen Schwimmjugend

Iddensener Mühlenweg 2

21224 Rosengarten