*
Entwurf eines AG-Modells für eine Arbeitsgemeinschaft
„****Schwimmen wie die Fische****“*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Gruppengröße** | **Jahrgangsstufe/Mindestalter** | **Raumbedarf** | **Technische Voraussetzungen** |
| ca. 12 Kinder | 2. und 3. Klassenstufe | Schwimmbad | Seepferdchen |
| ***Vorbereitungsphase(ca. 5 Wochen vor Beginn der AG)*** |
| **Zeitraum** | **Inhalt** | **Intention** | **Material** |
| 1. Woche | * Kontakt zum Schwimmbad aufnehmen
 | * klare und verbindliche Abstimmung der Schwimmzeiten
* Rahmenbedingungen
 |  |
| 2. Woche | * Kontakt zum Busunternehmen
 | * klare und verbindliche Absprache der Transportzeiten zum und vom Schwimmbad
 |  |
| 3. Woche | * Planung des Ablaufs

  |  |  |
| 4. Woche | * Absprachen mit Schulleitung
* Formalitäten zu den Unterrichtsgängen

 | * rechtliche Absicherung
 | * Elternbrief:
* Teilnahme an der Schwimm-AG
* Klärung der Abholung aus dem Schwimmbad
 |
| 5. Woche | * Vorstellung der AG im GTS-Bereich
 | * Werbung und Vorstellung der Inhalte
 | * Kurzbeschreibung
 |
| ***Einführungsphase (mit Beginn des ersten Schul(halb)jahres)*** |
| 1. - 2.Woche | * Wahltag
* Erklärung des Ablaufs
 | * Vorstellung der Inhalte
* Zusammenstellung und Kennenlernen der Gruppe
* Fragerunde
* Regeln/Baderegeln
* Ideen und Wünsche der Kinder
* Ausgabe des Elternbriefs
 | * Arbeitsblatt
* Baderegeln
* Elternbrief
 |
| 3. Woche | * kurze Wiederholung der Regeln im Schwimmbad
* Wasserspiele
 | * Prüfung des „Ist-Standes“ der Schüler
 | * Bretter
* Nudeln
* Ringe
* Würfel
 |
| 4. - 5.Woche | * Wasserspiele
* Brustschwimmen
 | * Festigung/verfeinern der Schwimmtechnik
 | * Bälle
* Bretter
 |
| 6. - 7. Woche | * Atemübungen
* Tauchübungen
* Tieftauchen/Streckentauchen
 | * Auftrieb/Abtrieb
* Luftanhalten
 | * Ringe
* Unterwassertore
* Orientierungsparcours
 |
| 8. Woche | * Wettschwimmen
 |  | * Stoppuhr
 |
| 9. Woche | * Ausdauertraining
 | * „Wie lange kann ich am Stück schwimmen?“
* „Wie lange brauche ich für eine gewisse Strecke?“
 |  |
| 10. - 11.Woche | * vorstellen und heranführen an die Beintechnik des Kraul- und Rückenschwimmens
 | * Differenzierung
* Vorbereitung auf das Flossenschwimmen
 |  |
| 12. - 13. Woche | * Flossenschwimmen:
* Einführung
* Schwimmtechniken
 | * neue (Bewegungs-)erfahrung sammeln
* spielerisch das Kraulschwimmen verfeinern
* Angstabbau beim Rückenschwimmen
 | * Flossen
 |
| 14 - 15. Woche | * Startsprungübungen - Vom Kopfsprung am Beckenrand zum Startsprung
 | * Angstabbau (Kopf soll zuerst ins Wasser)
* bessere Ausgangsposition beim Wettschwimmen
 | * Schwimmbretter
* Bilder
 |
| 16. Woche | * Ausdauertraining
 | * Vorbereitung auf Abzeichenerwerb
 | * Baderegeln
 |
| 17. Woche | * Deutsches Jugendschwimmabzeichen - Bronze
* Schwimmabzeichen „Seeräuber“
 | * Leistungssteigerung vor Augen führen
 | * Ringe
* Baderegeln
 |
| 18. Woche | * Ausgabe der Abzeichen/Urkunden
* Spiel und Spaß
 | * Ehrung/Wertschätzung der erbrachten Leistungen
 | * deutscher Jugendschwimmpass
* „Seeräuber“
 |

***Quellen:*** www.dlrg.de

 DLRG-Landesverband RLP/ Referat Schulen

 Lehrplan Schwimmsport Bd 2

 Lernzirkel Sport

 Auer

***Anbindung an den Lehrplan***

***Kontaktdaten:*** Annika Pfeiffer (Grundschule Thalfang)

 annipf@t-online.de