

Arbeitsplan Sport der Rußheideschule

Klasse 3 Schuljahr 2012/13 Nichtschwimmer

Zeitleiste	Bereich	Schwerpunkt	Kompetenzerwartung	Thema
Schuljahres-Beginn	Bewegen im Wasser - Schwimmen	Regeln und Rituale im Schwimmunterricht kennen lernen.		Sich mit der Umgebung und den Sicherheitsbestimmungen vertraut machen. Feststellen der Vorkenntnisse.
	Wassergewöhnung / Wasserbewältigung	Sich mit dem Bewegungsraum Wasser vertraut machen/ das Wasser als Spielraum nutzen.	Die spezifischen Eigenschaften und Wirkungen des Wassers am eigenen Körper erfahren.	Wassergewöhnung: <ul style="list-style-type: none"> - Wasserwiderstand erfahren - Auftrieb erleben - Gleiten - Kleine Spiele im stehetiefen Wasser - Unterschiedliche Erfahrungen mit Materialien (Schwimmbretter, Poolnudeln etc.)
bis zu den Weihnachtsferien		Vielfältige Sprungmöglichkeiten erfinden und nachvollziehen.	<ul style="list-style-type: none"> - Springen ins Wasser - Sprungregeln kennen und anwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> - unterschiedliche Sprünge (in die Höhe/ in die Weite) vom Beckenrand - eigene Sprünge erfinden
		Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten unter Wasser erfinden und nachvollziehen.	<ul style="list-style-type: none"> - Sich unter Wasser orientieren und Gegenstände aus schulertiefem Wasser holen. - Tauchregeln kennen und anwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> - Orientierung unter Wasser mit geöffneten Augen - Tauchen an Stationen mit vielfältigen Materialien
Bis zu den Sommerferien		Elementare Schwimmtechnik lernen, üben und anwenden.	<ul style="list-style-type: none"> - 25m Brustschwimmen ohne Unterbrechung. 	<ul style="list-style-type: none"> - Beinschlag mit und ohne Hilfsmittel - Armzug mit und ohne Hilfsmittel - Koordination von Armzug und Beinschlag mit und ohne Hilfsmittel - ausdauerndes Schwimmen - Abnahme Seepferdchen
<p>Im Bereich Schwimmen beginnt jedes Kind, nach dem Feststellen seiner Vorkenntnisse, auf seinem individuellen Niveau. Es macht dann, entsprechend seiner Vorerfahrungen individuelle Lernfortschritte im Erwerb der Sicherheit im Wasser und der Schwimmtechnik. Eine Zuweisung der Kompetenzerwartungen an einer Zeitleiste ist daher nicht möglich. Eine Einführung von Regeln und Ritualen im Schwimmunterricht ist für alle Kinder absolut verbindlich.</p>				