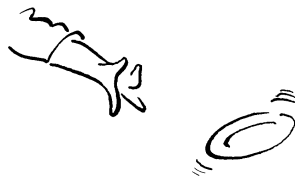


4.2 Animationsformen im Schwimmbad

An einem heißen Sommertag steht die Freude am Element Wasser im Zentrum des Unterrichts. Intensive Erlebnisse bedingen eine verantwortungsbewusste Vorbereitung, eine überlegte Organisation und zündende Ideen.

Wir erfrischen uns im Wasser!

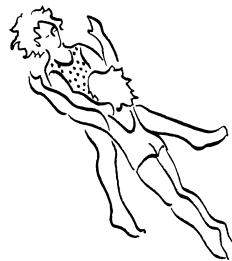
Spiele am Ufer: Unter Einbezug der vorhandenen Voraussetzungen können verschiedenste Spielformen wie Schnapp-Frisbee, Frisbee-Ultimate, Schnappball oder Schnurball gespielt werden. In jedem Fall ist auf andere Badegäste Rücksicht zu nehmen.



➔ Frisbee: Vgl. Bro 6/4, S. 6 ff.

Kooperationsschwimmen: Gelingt es ...

- zu zweit (dritt, viert ...) mit Handfassung zu schwimmen?
- unter einem Partner zu schwimmen?
- zu zweit hintereinander zu schwimmen, wobei die Hintere die Knöchel der Vorderen hält?
- auf eine originelle Art zu zweit (dritt, viert ...) hintereinander zu schwimmen?
- Partner-Abschleppformen zu erfinden?
- jemanden zu transportieren?
- jemanden mit gestreckten Armen und dem Nacken-Stirn-Griff zu ziehen?



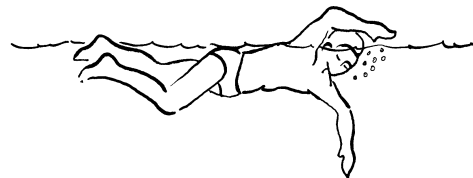
Transportschwimmen mit dem Schulterstütz-Griff



Rettungsschwimmen mit dem Nacken-Stirn-Griff

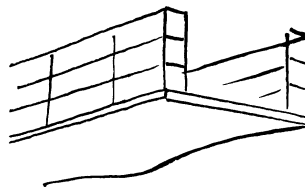
Koordinationsschwimmen: Versucht ...

- mit den Armen Brustgleichschlag und den Beinen Kraul zu schwimmen!
- mit den Armen Kraul und den Beinen Brustgleichschlag zu schwimmen!
- zu schwimmen und beide Hände aus dem Wasser zu halten!
- zu schwimmen und einen Fuss aus dem Wasser zu strecken!



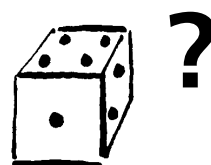
Wasserspringen: Gelingt es ...

- in der Luft einen zugespielten Ball zu fangen?
- im Sprung einen Ball auf ein Ziel zu werfen?
- im Flug zwei ganze Drehungen auszuführen?
- im Flug nacheinander beide Hände auf den Kopf, auf die Brust und ans Gesäss zu halten, bevor eingetaucht wird?



Der Würfel entscheidet: Würfeln und je nach Augenzahl die entsprechende Aufgabe lösen, aus dem Wasser steigen, zurücklaufen und erneut würfeln, z.B.:

- 1 1 Länge Kraul, so langsam wie möglich.
 - 2 1 Länge Kraul mit Flossen.
 - 3 1 Länge Brustschwimmen.
 - 4 1 Länge Kraulbeinschlag und Brustarmzug.
 - 5 1 Länge Kraul mit einem Wasserball.
 - 6 1 Länge Kraulbeinschlag mit einem Brett.
- Wettspiel: Für eine geschwommene Strecke einmal würfeln. Welche 3 Gruppen erreichen 100 Punkte?
 - Wer hat zuerst 4-mal die gleiche Aufgabe ausgeführt?



➔ Die Aufgaben auf ein Plakat schreiben und z.B. an einer Wand befestigen. Spielregeln vereinbaren.

Ⓜ 500 m schwimmen, ohne anzuhalten oder 24-Stunden-Triathlon: Vgl. Bro 4/4, S. 35.