

## **Schwimmunterricht in der Primarschule**

### **Vorbereitung für den Schwimmunterricht**

Es sind Badehosen und ein kleines Badetuch (je grösser das Badetuch, desto mehr schleift es am Boden nach!) mitzunehmen. Kinder mit langen Haaren sollten die Haare straff zusammenbinden. Bitte Frühstück oder kleines Znüni vor dem Schwimmunterricht essen. Ein leerer Bauch ist ebenso gefährlich wie ein voller.

Um Verletzungen und Unfällen vorzubeugen, müssen die SchülerInnen beim Schwimmunterricht die Uhren ausziehen. Beim übrigen Schmuck steht es den Kindern frei, ob sie diesen während dem Schwimmen tragen möchten. Denken Sie jedoch daran, dass beim Schwimmen und Spielen immer wieder Ohr- und Fingerringe, sowie auch Halsketteli verloren gehen.

Den Schmuck und die Wertsachen (Schlüssel, Geld...) können die Kinder während der Lektion bei der Schwimmlehrperson deponieren. Es wird empfohlen, Schmuck und Wertsachen gar nicht erst in den Schwimmunterricht mitzunehmen. Helfen Sie den Kindern, daran zu denken.

### **Hygiene im Schwimmbad**

Brennende, gerötete Augen sind nicht Folge einer zu hohen Chlormenge, sondern von zu viel Urin und Harnstoff im Wasser. Harnstoff ist auch in Schweiß auf der Haut und im Haar enthalten. Die Kinder werden aufgefordert, vor dem Baden die Toilette aufzusuchen und nicht ins Wasser zu urinieren. Aus praktischen und hygienischen Gründen werden während des Unterrichtes Badekappen getragen. Während des Schwimmunterrichts ist das Betreten der Schwimmhalle in Strassenkleidern nicht erlaubt.

### **Lernziele Schwimmunterricht**

#### **Kindergarten**

Die Kinder lernen die Umgebung, Gewöhnung an Nässe und Kälte, Auftrieb und Widerstand kennen und werden mit dem Schweben und Gleiten (Wasserlage), Aufenthalt unter Wasser, Tauchen und Ausatmen unter Wasser vertraut gemacht. Dafür haben sich geeignete Spiele bewährt gemacht, welche den Kindern Spass machen.

Die Kinder besuchen die Schwimmstunde alle vierzehn Tage. Der Unterricht findet mit der Fach- und Klassenlehrperson statt. Dies ermöglicht es in Kleingruppen zu arbeiten. Es werden keine Schwimmtests durchgeführt.



#### **Unterstufe**

Das Ziel ist die Vermittlung von Wassergewöhnung und Wasserbewältigung. In der Fachsprache heisst dies: Nach den Kernelementen Atmen, Schweben, Gleiten und Antreiben folgen die Kernbewegungen. Geführte sowie auch offene Unterrichtsformen mit unterschiedlichen Ausbildungsschritten werden bewusst so gestaltet, dass die Kinder ganzheitlich gefördert und angeregt werden. Die Schwimmlagen Rückencrawl, Kraul und Brustschwimmen werden in der Basisform vermittelt.

### **Mittelstufe**

Basierend auf den erlernten Schwimmtechniken in der Unterstufe wird nun die erweiterte Form der Schwimmlagen geschult. Der Schwimmunterricht findet blockweise statt (Block à ca. 8 Wochen hintereinander, jede Woche eine Lektion).

### **Schulbesuche**

Interessenten dürfen grundsätzlich jederzeit unseren Schwimmunterricht im Hallenbad (keine Strassenbekleidung) besuchen. Bitte informieren Sie die Lehrpersonen über einen geplanten Besuch im Voraus.

### **Krankheitsbedingte Absenzen im Schwimmunterricht**

#### **Erkältung**

Eine leichte Erkältung ist kein Grund dem Unterricht fern zu bleiben, denn normalerweise erkälten sich die Kinder nicht während der Lektion, sondern danach. Deshalb ist es wichtig, dass sich die Kinder nach dem Schwimmen gut abtrocknen und eine angemessene Kleidung tragen (genügend warme Kleidung, im Winter und an kühleren Tagen ein Stirnband oder eine Mütze).

#### **Allergien und andere Krankheiten**

Allergien und andere Krankheiten (Diabetes, Epilepsie, etc.) sind der Schwimmlehrerin schriftlich mitzuteilen (evtl. Arztbescheinigung, Angaben über Einschränkungen und Möglichkeiten).

#### **Hinweis**

Wer am Schulunterricht teilnimmt, jedoch nicht Schwimmen kann, erscheint im Badebekleidung und T-Shirt.

#### **Abmeldung vom Unterricht**

Falls Ihr Kind am Schwimmunterricht nicht teilnehmen kann, bitten wir um schriftliche Mitteilung an die zuständige Klassenlehrperson.

Für eine gute Zusammenarbeit danken herzlich

Karin Schmidt und Vreni Schlatter