

Pool Management

Handreichung für Lehrkräfte zur Organisation & Strukturierung
des schulischen Schwimmunterrichts



Herausgegeben von:
Maila Vogel, Lea Feger & Tobias Vogt

März 2026



**Deutsche
Sporthochschule Köln**
German Sport University Cologne

Impressum

Institut für Vermittlungskompetenz in den Sportarten, Abteilung Didaktik und Methodik
der Sportarten, Deutsche Sporthochschule Köln
Am Sportpark Müngersdorf 6, 50933 Köln

Herausgeber*innen: Maila Vogel, Lea Feger & Tobias Vogt
Inhalt: Maila Vogel & Lea Feger
Leitung: Univ.-Prof. Dr. Tobias Vogt

Korrespondierende Autorin: Maila Vogel, E-Mail: maila.vogel9@gmail.com

Köln, März 2026



**Deutsche
Sporthochschule Köln**
German Sport University Cologne

© 2026 Vogel & Feger. Alle Rechte vorbehalten.
Die Verwendung zu Unterrichtszwecken ist gestattet.

Zitiervorschlag: Vogel, M., Feger, L., Vogt, T. (2026). *Pool Management. Handreichung für Lehrkräfte zur Organisation & Strukturierung des schulischen Schwimmunterrichts. Deutsche Sporthochschule Köln.*
doi.org/10.25847/pool.management.2026

This work is licensed under [CC BY-NC-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)



Dank

Unser herzlicher Dank gilt allen, die durch ihre wertvollen Rückmeldungen und Anregungen zur Verbesserung dieser Handreichung beigetragen haben. Ebenso danken wir für den technischen und graphischen Support, der diese Arbeit anschaulich und professionell gemacht hat. Besonderer Dank gilt außerdem der Möglichkeit, die Inhalte im Schulalltag erproben zu können – das hat wichtige praktische Erkenntnisse geliefert.



Inhaltsverzeichnis

Vorwort	5
Einleitung.....	6
Anleitung.....	7
Übersichten	8
Reisemanagement.....	10
Sicherheitsmanagement	11
Umkleidemanagement.....	12
Kommunikationsmanagement	13
Beckenmanagement.....	14
Gruppenmanagement.....	15
Personalmanagement.....	16
Unterrichtsmanagement	17
Templates.....	18
Literaturverzeichnis	107
Druckvorlagen	109



Vorwort

Liebe Lehrkraft,

der Schwimmunterricht stellt hohe Anforderungen an Ihre Professionalität, Flexibilität, Aufsicht und Organisation. Zwischen Umkleide- und Duschsituationen, Sicherheitsverantwortung im Wasser, individueller Förderung und der Kommunikation mit Eltern und Kolleg*innen sind Sie in einer Vielzahl von Rollen gefordert – häufig unter Zeitdruck und in einer akustisch wie organisatorisch herausfordernden Umgebung.

Diese Handreichung möchte Sie in dieser anspruchsvollen Aufgabe gezielt unterstützen.

Das Konzept „**Pool Management**“ bietet Ihnen eine strukturierte Orientierung entlang der zentralen Handlungsfelder im Schwimmunterricht. Visualisiert durch einen **Oktopus mit acht Armen**, steht jedes Kapitel für einen wichtigen Bereich der Organisation und Umsetzung – von An- und Abreise und Umkleide- oder Duschsituationen über Unterrichts- und Beckenmanagement bis hin zu Kommunikation, Differenzierung und Organisation aller beteiligten Personen.

Die Inhalte basieren auf praxisnahen Erfahrungen von Lehrkräften aller Schulformen, die in **wissenschaftlichen Studien** erhoben wurden, aktuellen Erkenntnissen aus der Literatur und konkreten Anforderungen aus dem schulischen Alltag. Die Handreichung enthält hilfreiche Tipps, Impulse, Checklisten oder Reflexionsfragen, die Sie direkt in Ihren Unterricht integrieren können – ob als Vorbereitung, Begleitung oder zur Weiterentwicklung bestehender Abläufe. Die Handreichung bezieht sich ausschließlich auf die **Organisation und Struktur** des Schwimmunterrichts und **nicht** auf die **inhaltliche Ausgestaltung** der Stunden.

Unser Ziel ist es, Ihnen ein Werkzeug an die Hand zu geben, das sowohl Klarheit als auch Flexibilität schafft – damit Sie den Schwimmunterricht mit Sicherheit, Struktur und Freude gestalten können.

Wir danken Ihnen herzlich für Ihr Engagement – und wünschen Ihnen und Ihren Schüler*innen viele freudvolle, sichere und gelungene Schwimmstunden!

Herzliche Grüße,

Maila Vogel & Lea Feger



Einleitung

Warum ein Oktopus? Und was bedeutet „Pool Management“?

Im Schwimmunterricht sind Lehrkräfte besonders gefordert: Sie organisieren, beobachten, begleiten, reagieren, kommunizieren und sichern – oft alles gleichzeitig.

Der Oktopus „Inki“ steht in dieser Handreichung symbolisch für die Lehrkraft, die genau mit diesen Herausforderungen konfrontiert ist. Mit seinen **acht Armen** jongliert er viele Aufgaben gleichzeitig – flexibel, koordinierend und mit Überblick. Eine Fähigkeit, die auch im Schwimmunterricht entscheidend ist.

Der Begriff „**Pool Management**“ bringt diese Idee auf den Punkt: Es geht nicht nur ums Unterrichten im Wasser, sondern um die Gesamtorganisation des Unterrichtsgeschehens im Schwimmbad – von der Anreise über die Umkleiden bis hin zur differenzierten Förderung im Becken.

Jeder Arm des Oktopus steht für einen zentralen Bereich dieses Managements. So entsteht ein strukturiertes System, das Orientierung bietet – und zugleich Raum lässt für individuelle Entscheidungen, je nach Gruppe, Ort und Situation.

Da jeder Schwimmunterricht sehr individuell ist, lassen sich durch eine Handreichung kaum alle Eventualitäten abdecken. Daher ist die Lehrkraft dafür zuständig, dass sie Raum für Individualität und Flexibilität im Unterrichten bewahrt.



Anleitung

Diese Handreichung ist so gestaltet, dass sie **flexibel und praxisorientiert** eingesetzt werden kann – ganz gleich, ob Sie neu im Schwimmunterricht sind oder bereits Erfahrung mitbringen.

Sie ist modular aufgebaut und bietet verschiedene Zugänge zu den Inhalten – je nach Bedarf kann sie durchgängig gelesen oder gezielt über Links genutzt werden.

1. Überblick verschaffen

Zu Beginn bieten zwei Visualisierungen Orientierung:

- Die Oktopus-Abbildung zeigt die acht zentralen Managementthemen.
- Eine [Mindmap](#) veranschaulicht, welche Templates (hier: Grundlage für die Erstellung von Dokumenten) den jeweiligen Themen zugeordnet sind und ermöglicht durch Anklicken die direkte Verlinkung zu der Seite.

2. Thematisch arbeiten

Im Anschluss folgen acht Kapitel mit:

- Kurzbeschreibungen zu jedem Managementthema.
- Einer Auflistung der zugehörigen Templates – inklusive Direktlinks, um schnell zum jeweiligen Dokument zu gelangen.

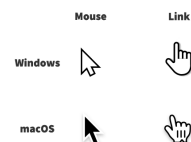
3. Direktzugriff auf Templates

Ein separates [Inhaltsverzeichnis aller Templates](#) ermöglicht den direkten Einstieg in einzelne Vorlagen – ebenfalls per Klick erreichbar.

Innerhalb vieler Templates gibt es Querverweise zu thematisch passenden weiteren Vorlagen, ein Direktlink zur Druckvorlage sowie jeweils zwei Zurück-Buttons, um zum Inhaltsverzeichnis oder der Mindmap zurück zu gelangen.

4. Weiterverarbeiten

Zu vielen Templates stehen im Anhang [Druck- und Schneidevorlagen](#) zur Verfügung. Zur nachhaltigen Weiternutzung empfiehlt sich das Laminieren oder Druck auf Folie. Um von einer Druckvorlage zurück zum Inhaltsverzeichnis zu kehren, müssen Sie den Cursor in die obere rechte Ecke bewegen und dort ist eine „unsichtbare“ Verlinkung. Sobald sich der Cursor in eine „Hand mit Zeigefinger“ verwandelt, können Sie daraufklicken.



Quelle: TechTerms.com

Je nach Nutzungs-Programm lassen sich **Lesezeichen** setzen, sodass persönlich markierte Stellen einfacher erreichbar sind.

Es bietet sich an, innerhalb der Fachschaft Sport, eine Schwimm-Mappe mit den Vorlagen/Listen für das Kollegium personenunabhängig zugänglich zu machen.



Übersichten





Reisemanagement

Das Reisemanagement umfasst die gesamte Organisation und Planung der An- und Abreise zum Schwimmunterricht.

Dazu gehören Absprachen mit dem Fahrdienst oder Busunternehmen, die Koordination der Zeiten, Begleitpersonen, Treffpunkte sowie Sicherheitsvorkehrungen vor, während und nach der Fahrt.

Eine gut strukturierte An- und Abreise schafft die Grundlage für einen stressfreien Einstieg in den Schwimmunterricht – sowohl für die Schüler*innen als auch für das Lehrpersonal.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Reiseplan](#)
- [Virtueller Rundgang](#)



Sicherheitsmanagement

Sicherheit hat im Schwimmunterricht oberste Priorität. Das Element Wasser stellt besondere Anforderungen an die Aufsicht und das Handeln der Lehrkraft. Darüber hinaus wirkt sich das Element Wasser auch anders auf den menschlichen Körper aus, was neue Erfahrungen mit sich bringt.

Daher braucht es klare Strukturen, vorausschauendes Handeln und eine bewusste Vorbereitung auf unterschiedliche Situationen.

Das Kapitel Sicherheitsmanagement bietet Ihnen praxisnahe Vorlagen und Hilfestellungen, um Risiken frühzeitig zu erkennen, Routinen zu etablieren und das Sicherheitsgefühl aller Beteiligten zu stärken. So entsteht ein verlässlicher Rahmen für einen gelingenden und sicheren Schwimmunterricht.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Sicherheitsvorgaben](#)
- [Physikalische Eigenschaften](#)
- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Kontaktliste](#)
- [Dokumentation Krankheiten](#)
- [Rücklaufzettel](#)
- [Flyer Krankheiten](#)
- [Virtueller Rundgang](#)
- [Signale](#)
- [Diagnostik](#)
- [Aufgaben Passive](#)
- [Baderegeln](#)
- [Regelplakat](#)



Umkleidemanagement

Die Umkleide- und Duschsituation gehört zu den herausforderndsten Phasen im Schwimmunterricht: viele Kinder, wenig Platz, Zeitdruck, hohe Lautstärke und möglicherweise ein zeitgleicher öffentlicher Betrieb. Ein gut durchdachtes Umkleidemanagement schafft hier Struktur, Übersicht und Sicherheit.

Im Mittelpunkt stehen dabei klare Abläufe, Regeln und Routinen, die allen Beteiligten Orientierung geben – vom Betreten bis zum Verlassen der Umkleiden und Duschen. Durch feste Plätze, visuelle Hilfen und verständliche Vereinbarungen kann das Duschen und Umkleiden effizient, ruhig und respektvoll gestaltet werden.

Dieses Kapitel bietet Ihnen praxistaugliche Vorlagen und Anregungen, um Ordnung und Verlässlichkeit in der Umkleidephase zu etablieren – als wichtige Voraussetzung für einen gelungenen Unterricht.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Packlisten](#)
- [Verhalten Umkleide](#)
- [Virtueller Rundgang](#)
- [Dokumentation Keine Schwimmsachen](#)



Kommunikationsmanagement

Ein gelingender Schwimmunterricht beginnt mit klarer Kommunikation, die auf vielen Ebenen stattfindet. Das Kommunikationsmanagement umfasst alle Absprachen, die im Vorfeld mit Eltern, Schüler*innen sowie dem multiprofessionellen Team getroffen werden müssen: von der Information über Abläufe bis zur Klärung individueller Voraussetzungen.

Darüber hinaus spielt auch die Kommunikation **im Unterricht** eine zentrale Rolle – besonders unter den erschwerten Bedingungen im Schwimmbad (Lautstärke, Sichtverhältnisse etc.).

Gerade im Kommunikationsmanagement können dabei unterschiedliche **Förderschwerpunkte und Unterstützungsbedarfe** gezielt berücksichtigt werden – etwa durch unterstützte Kommunikation, visuelle Hilfen oder nonverbale Signale.

Dieses Kapitel unterstützt Sie dabei, Ihre Kommunikation gezielt zu planen, passende Wege zu wählen und Vorlagen sinnvoll einzusetzen.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Vorlage Elternbrief](#)
- [Vorlage Infoabend](#)
- [Eltern Abfrage](#)
- [Packlisten](#)
- [Kontaktliste](#)
- [Dokumentation Krankheiten](#)
- [Rücklaufzettel](#)
- [Gesamtübersicht](#)
- [Virtueller Rundgang](#)
- [Baderegeln](#)
- [Regelplakat](#)
- [Signale](#)
- [Unterrichtsphasen](#)
- [Reflexion](#)
- [Umgang mit Wasserstarter*innen](#)



Beckenmanagement

Das Beckenmanagement bezieht sich auf die gezielte Planung und Nutzung der Wasserflächen während des Schwimmunterrichts. Je nach Gruppengröße, Lernstand und räumlichen Gegebenheiten muss überlegt werden, **welche Flächen wie und wann genutzt** werden – und **wo sich welche Lehrkraft aufhält**, um Sicherheit und Lernfortschritt gleichermaßen zu gewährleisten. Auch die Aufteilung der Lehrkräfte oder Begleitpersonen im Becken ist ein zentraler Bestandteil dieses Kapitels.

Mit Hilfe der Vorlagen können Sie Ihr Flächenkonzept planen, anpassen und klar kommunizieren – für einen geordneten, sicheren und differenzierten Unterricht im Wasser.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Organisationsformen](#)
- [Co Teaching Modelle](#)
- [Stationen](#)
- [Video Delay](#)



Gruppenmanagement

Ein durchdachtes Gruppenmanagement bildet die Grundlage für differenzierten und lernwirksamen Schwimmunterricht. Dabei geht es um mehr als nur das Einteilen nach Leistungsstand: Auch die **Zuweisung zu Wasserflächen**, die Bildung von **Teams oder Kleingruppen** und der Umgang mit **aktiven und passiven Kindern** spielen eine wichtige Rolle.

Die Gruppeneinteilung sollte sowohl pädagogisch als auch organisatorisch sinnvoll erfolgen – unter Berücksichtigung von Sicherheit, individueller Förderung und Gruppendynamik.

Dieses Kapitel bietet Ihnen Hilfen zur Planung und Dokumentation Ihrer Gruppenzusammensetzung und ist flexibel an unterschiedliche Voraussetzungen und Bedürfnisse anpassbar.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Rücklaufzettel](#)
- [Diagnostik](#)
- [Gruppenaufteilung](#)
- [Sozialformen](#)
- [Organisationsformen](#)
- [Stationen](#)
- [Aufgaben Passive](#)



Personalmanagement

Das Personalmanagement umfasst alle organisatorischen Überlegungen rund um die verfügbaren Personen: Wer ist wann wofür zuständig? Wie können Lehrkräfte, pädagogische Fachkräfte, Begleitpersonen oder externe Schwimmtrainer*innen sinnvoll eingesetzt werden?

Darüber hinaus rückt dieses Kapitel auch die **Ressourcen der Lehrkraft selbst** in den Fokus: Wie kann ich meine Stimme schonen, Belastung reduzieren oder Aufgaben verteilen?

Gerade im Schwimmbad ist es wichtig, die eigene Rolle und Verantwortung im Team klar zu definieren und realistisch zu planen.

Sie finden hier Anregungen und Vorlagen zur Rollenverteilung und Einsatzplanung – für ein effektives Miteinander im Schwimmunterricht.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Co Teaching Modelle](#)
- [Signale](#)
- [Dienste](#)
- [Geheimer Oktopus](#)



Unterrichtsmanagement

Das Unterrichtsmanagement umfasst alle Aspekte, die die reine Unterrichtszeit im und am Wasser betreffen. Im Fokus stehen dabei **klare Strukturen**, ein **sinnvoller Stundenaufbau** und die **zielgerichtete Gestaltung der Wasserzeit** – abgestimmt auf Gruppengröße, Könnensstand und räumliche Bedingungen.

Dieses Kapitel bietet Ihnen Unterstützung bei der Planung und Durchführung einzelner Unterrichtsphasen, gibt Beispiele für Methoden und Materialien und zeigt, wie der Ablauf im Wasser effizient organisiert werden kann.

Folgende Templates sind in diesem Kapitel zu finden:

- [Checkliste Lehrkraft](#)
- [Verlaufsplan](#)
- [Unterrichtsphasen](#)
- [Diagnostik](#)
- [Umgang mit Wasserstarter*innen](#)
- [Sozialformen](#)
- [Organisationsformen](#)
- [Co Teaching Modelle](#)
- [Stationen](#)
- [Dienste](#)
- [Geheimer Oktopus](#)
- [Stundenbeginn](#)
- [Stundenende](#)
- [Materialideen](#)
- [Aufgaben Passive](#)
- [Reflexion](#)



Templates

Die folgenden Seiten enthalten die oben aufgeführten Templates. Zu jedem Template gibt es eine Erklärung des Inhalts sowie begleitende Abbildungen zur besseren Veranschaulichung. Am Ende der Handreichung sind alle Abbildungen zusätzlich als Druckvorlage zur direkten Verwendung im Unterricht oder als unterstützendes Material zusammengestellt.

Sicherheitsvorgaben	20
Physikalische Eigenschaften	29
Checkliste Lehrkraft	32
Packlisten	34
Elternbrief	36
Vorlage Infoabend	38
Reiseplan.....	39
Eltern Abfrage.....	40
Rücklaufzettel	42
Kontaktliste	43
Dokumentation Krankheiten	44
Gesamtübersicht	45
Dokumentation Keine Schwimmsachen	47
Flyer Krankheiten	48
Virtueller Rundgang.....	51
Baderegeln	53
Regelplakat.....	54
Verhalten Umkleide	55
Dienste	56
Geheimer Oktopus	59
Signale.....	61
Diagnostik.....	66
Umgang mit Wasserstarter*innen.....	72
Verlaufsplan.....	76
Aufgaben Passive.....	77



Unterrichtsphasen	81
Stundenbeginn	82
Gruppenaufteilung	83
Sozialformen.....	87
Organisationsformen	89
Co-Teaching Modelle	95
Stationen	98
Video Delay	99
Stundenende	102
Reflexion.....	103
Materialideen	105



Sicherheitsvorgaben

Der Schwimmunterricht erfordert besondere organisatorische und sicherheitsbezogene Vorkehrungen seitens der Lehrkraft. Dieser Auszug aus dem Erlass „Sicherheitsförderung im Schulsport“ stellt die wesentlichen rechtlichen Vorgaben für die Durchführung von Schwimmunterricht **für NRW** zusammen. Er dient der Orientierung bei Planung, Aufsicht und Durchführung und schafft eine verbindliche Grundlage für einen sicheren und verantwortungsvollen Unterricht (MSB, 2020).

In Ergänzung zum Sicherheitserlass gibt es einige Aspekte, die zusätzlich bei der Nutzung von Freibädern oder bei Ausflügen zu beachten sind.

Freibad-Merkhilfe:

- F** Freifläche: Toiletten, Treffpunkte, Laufwege, Zeitpuffer (z.B. Beckenwechsel)
- R** Regeln & Rutschen
- E** Erste Hilfe: Anlaufstelle kennen
- I** Infos an Eltern: Badelatschen, Sonnenschutz, Kappe
- B** Becken begrenzen
- A** Aufsicht: Absprachen mit Badpersonal, Positionierung
- D** Durchführung: Methoden & Inhalte an die offene Freibad-Situation anpassen

Ausflüge-Merkhilfe:

- A** Aufsicht & Absprachen (z.B. auch Begleitpersonen)
- U** Unfallvermeidung & Sicherheit (Haftungs- und Versicherungsfragen)
- S** Schwimmfähigkeit überprüfen & Selbsteinschätzung
- F** Flexibilität & Wetterplanung
- L** Location-Check: Risikoanalyse der Umgebung
- Ü** Überblick (z.B. Sammelpunkte, Gruppeneinteilung, Standortwahl)
- G** Gesundheit & Schutz (z.B. Allergien)
- E** Einverständniserklärungen der Erziehungsberechtigten



Teil II Spezifischer Teil

Vorbemerkung

Die im ersten Teil des Erlasses formulierten Regelungen „fachliche Voraussetzungen“, „Organisation und Aufsicht“, „persönliche Ausstattung und Ausrüstung“ und „Sportgeräte“ sind zu berücksichtigen. Sie werden in den jeweiligen Bewegungsfeldern/Sportbereichen akzentuiert.

Die hier dargestellten Bewegungsfelder/Sportbereiche stellen die inhaltlichen Schwerpunkte schulsportlichen Geschehens dar, erheben aber nicht den Anspruch auf Vollständigkeit. Bei weiteren Sportangeboten und neueren Entwicklungen, die in keinem der folgenden Bewegungsfelder/Sportbereiche aufgeführt worden sind, gelten die verbindlichen Vorgaben analog und es ist eine eigenständige Risikoabschätzung (vgl. Kapitel 11) durchzuführen. Beim Einsatz neu entwickelter Geräte sind außerdem die Vorgaben und Hinweise der Hersteller zu beachten.

3 Bewegen im Wasser – Schwimmen

3.1 Fachliche Voraussetzungen

Eine Lehrkraft, die o. g. Bewegungsfelder/Sportbereiche im Schulsport anleitet, muss über folgende fachliche Voraussetzungen verfügen:

- Kenntnisse theoretischer Grundlagen,
- Kenntnisse des methodischen Vorgehens, insbesondere von speziellen Vermittlungsformen im Bereich des Anfängerschwimmens und für ängstliche und motorisch schwache Schülerinnen und Schüler sowie für Schülerinnen und Schüler mit Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung,
- praktische Erfahrungen und
- Nachweis der Rettungsfähigkeit.

Wird im Rahmen einer schulischen Veranstaltung, beispielsweise einer Schulwanderung oder einer Schulfahrt, eine Gruppe ausschließlich beaufsichtigt und die fachliche Anleitung erfolgt durch qualifiziertes Fremdpersonal, so muss die begleitende Lehrkraft nur die „Allgemeine Rettungsfähigkeit für Schulen“ nachweisen.

Die Anforderungen an die Rettungsfähigkeit sind abhängig von der genutzten Schwimmstätte. Es gilt folgender Grundsatz:

Die Lehrkraft muss jederzeit unter den jeweiligen Gegebenheiten der Schwimmstätte (Wassertiefe, Strömung, Sicht, Temperatur etc.) in Not geratene Schülerinnen und Schüler erkennen, retten und wiederbeleben können. Die Lehrkraft muss sicherstellen, dass sie diese Bedingung aktuell erfüllt. Sollte dies temporär, z. B. durch gesundheitliche Beeinträchtigungen der Lehrkraft, nicht gegeben sein, kann sie beim Schwimmen im Schulsport nicht verantwortlich eingesetzt werden.



Die Rettungsfähigkeit muss grundsätzlich durch eine Bescheinigung der Schulaufsichtsbehörde oder der Schwimmsport treibenden Verbände nachgewiesen werden. Wenn die Lehrkraft eine oder mehrere der u. g. Bedingungen nicht erfüllt, muss die Rettungsfähigkeit entsprechend aufgefrischt werden. **Neben der ständigen Selbstprüfung muss spätestens nach 4 Jahren eine Auffrischung der Rettungsfähigkeit nachgewiesen werden.** In beiden Fällen sind die staatlichen Fortbildungsangebote oder die Angebote der Fachverbände wahrzunehmen. Die Verantwortung für die Einhaltung des Auffrischungszeitraumes trägt in Zusammenarbeit mit den Sicherheitsbeauftragten der Schule die Schulleiterin oder der Schulleiter.

„Kleine Rettungsfähigkeit“ für Lehrkräfte an Schulen

Wassertiefe bis 1,35 m

Beim Schwimmen und Baden unter Anleitung und Aufsichtsverantwortung der Lehrkraft in Bädern bis zu einer Wassertiefe von 1,35 m mit und ohne sonstige Badaufsicht muss die Lehrkraft mindestens folgende Nachweise erbringen:

Deutscher Schwimmpass Bronze

und

- einen 5 kg schweren Gegenstand von der tiefsten Stelle des Beckens heraufholen und zum Beckenrand bringen,
- eine Person schleppen und
- lebensrettende Sofortmaßnahmen ergreifen können.

„Allgemeine Rettungsfähigkeit“ für Lehrkräfte an Schulen

Wassertiefe über 1,35 m

Beim Schwimmen und Baden unter Anleitung und Aufsichtsverantwortung der Lehrkraft

- in Bädern mit einer Wassertiefe von mehr als 1,35 m mit und ohne sonstige Badaufsicht,
- an Schwimm- und Badeplätzen an beaufsichtigten offenen Gewässern,
- bei Schulfahrten mit durch Dienstleister fremdangeleiteten wassersportlichen Inhalten, bei denen die Lehrkraft nur die Aufsichtsverantwortung trägt

muss sie **entweder**

die Rettungsfähigkeit entsprechend der Anforderungen der Vorgaben der DPO für das Deutsche Rettungsschwimmabzeichen (DRSA) Bronze bei den Schwimmsport treibenden Verbänden (z.B. DLRG, DRK, ASB, Schwimmverband NRW) oder bei einer der Bezirksregierungen nachgewiesen haben



oder

die Anforderungen für den Deutschen Schwimmpass Bronze nachweisen und gleichzeitig

- von der Wasseroberfläche aus einen etwa 5 kg schweren Gegenstand vom Beckenboden heraufholen und zum Beckenrand bringen,
- ca. 10 m weit tauchen,
- Umklammerungen durch in Gefahr geratene Personen entweder vermeiden oder sich aus diesen lösen,
- einen etwa gleich schweren Menschen mittels Kopf- oder Achselerschleppgriff ca. 15 m weit schleppen und an Land bringen und
- lebensrettende Sofortmaßnahmen ergreifen können (vgl. hierzu: BASS 13-59 Nr. 1).

Offene Gewässer

Beim Schwimmen und Baden in offenen nicht beaufsichtigten Gewässern¹⁰ muss die Aufsicht führende Lehrkraft:

- die Bedingungen entsprechend der Vorgaben des Deutschen Rettungsschwimmabzeichens (DRSA) Silber bei der DLRG, dem DRK, dem ASB, dem Schwimmverband NRW oder einer der Bezirksregierungen nachgewiesen haben und
- die Besonderheiten des Badeplatzes (Größe, Sichtverhältnisse, Strömung etc.) kennen (siehe Pkt. 1.2) sowie die Badestellen nach einer Risikoabschätzung zur Nutzung freigeben.

Alle Schülerinnen und Schüler müssen im Besitz des Deutschen Schwimmpasses Bronze sein oder den Nachweis erbracht haben, als sichere Schwimmer/sichere Schwimmerinnen eingestuft werden zu können (siehe Definition „sicher Schwimmen-Können“ unter Kapitel 3.2).

An der Durchführung des Schwimmens im Schulsport können geeignete Hilfskräfte unterstützend beteiligt werden, wenn diese ebenfalls entsprechend rettungsfähig sind.

3.2 Organisation und Aufsicht

Organisation

- In der zugeteilten Wasserfläche der Schule darf nicht gleichzeitig öffentlicher Badebetrieb stattfinden. Werden mehrere Lerngruppen in einem Schwimmbecken angeleitet, muss der Unterricht in abgegrenzten Bereichen durchgeführt werden.

¹⁰ Öffentlich frei gegebene Schwimmstätte ohne Wasseraufsicht (z. B. Badeseen)



- Die Lehrkraft muss die jeweiligen Sicherheits- und Rettungsvorkehrungen, z.B. Absetzen des Notrufes, Benutzung von automatisierten externen Defibrillatoren (AED-Geräte), die spezifischen Gefahren und die Badeordnung der jeweiligen Schwimmstätte kennen. Sie muss die Schülerinnen und Schüler über die Gefahren informieren und über Vorsichtsmaßnahmen (z. B. Beachtung der Baderegeln, Einhaltung von vereinbarten Signalen) befehlen.
- Die Lehrkraft muss die Schwimmfähigkeit der Schülerinnen und Schüler bei Übernahme einer Gruppe überprüfen.

Definition sichere Schwimmerin/sicherer Schwimmer

Schülerinnen und Schüler gelten als sichere Schwimmerinnen oder Schwimmer, wenn sie mindestens folgende Anforderungen erbringen:

- Sprung ins tiefe Wasser, anschließend 15 Minuten Schwimmen und mindestens 200 Meter in einer beliebigen Schwimmart zurücklegen **oder**
- Kopfsprung ins tiefe Wasser, anschließend 100 Meter Schwimmen in einer Schwimmart, mit Zeitbegrenzung (mindestens 3:30 min, ab Klassenstufe 9 – 2:30 min (männlich)/2:45 min (weiblich); 100 Meter Schwimmen in einer zweiten Schwimmart, keine Zeitbegrenzung.

Das sichere Schwimmen im Tiefwasser wird durch ein hohes Niveau des Könnens und darüber hinaus durch beliebige Sprünge ins und selbständiges Verlassen des Wassers ohne Hilfsmittel bestimmt. Weiterhin können beliebige Änderungen des Richtungssinnes, der Fortbewegung im tiefen Wasser sowie eine vielseitige Anwendung der erlernten Schwimmart, einschließlich des Wechsels der Schwimmlage, erfolgen.¹¹

- Die Festlegung der Lerngruppengröße beim Schwimmen im Schulsport erfolgt in der Regel auf der Grundlage der Vorgaben für die Klassen- bzw. Kursgröße und unter Berücksichtigung der Zusammensetzung der Lerngruppe. Die organisatorischen und räumlichen Bedingungen für das Schwimmen im Schulsport sind in besonderer Weise zu berücksichtigen. Sofern pädagogische Maßnahmen nicht auf eine gemeinsame Arbeit von Schwimmerinnen bzw. Schwimmern und Nichtschwimmerinnen bzw. Nichtschwimmern abgestellt sind, muss in getrennten Lerngruppen unterrichtet werden. Dies kann, falls erforderlich, zur Herstellung einer vertretbaren Lerngruppengröße auch klassen- und jahrgangsübergreifend erfolgen.
- Findet der Schulsport unter erschwerten organisatorischen und pädagogischen Rahmenbedingungen statt (Nichtschwimmerinnen/Nichtschwimmern und Schwimmerinnen/Schwimmer gemeinsam, Abgleitgefahr aufgrund eines deutlichen Knicks des Beckenbodens am Übergang vom Nichtschwimmer- zum Schwimmerteil, gleichzeitiger Unterricht mehrerer Lerngruppen), so ist die Lerngruppengröße so zu reduzieren, dass alle Sicherheitsanforderungen eingehalten werden können.

¹¹ Empfehlungen der Ständigen Konferenz der Kultusminister der Länder (KMK), der Deutschen Vereinigung für Sportwissenschaft (dvs) und des Bundesverbandes zur Förderung des Schwimmunterrichts in der Schule von 2019, siehe Link unter 13.2



- In Förderschulen und beim gemeinsamen Lernen von Schülerinnen und Schülern mit und ohne Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung ist die Lerngruppengröße nach den besonderen pädagogischen und medizinischen Erfordernissen festzulegen.
- Unter Berücksichtigung der genannten Aspekte und nach Anhörung der Lehrkraft trifft die Schulleitung die Entscheidung über die Lerngruppengröße.

Aufsicht

- Die Vollzähligkeit der Lerngruppe ist jeweils vor dem Betreten der Schwimmstätte, unmittelbar nach dem Verlassen des Schwimmbeckens (in der Regel vor dem Umkleiden) und beim Verlassen der Schwimmstätte zu überprüfen.
- Die Lehrkraft betritt als erste Person den Innenbereich und verlässt ihn als letzte Person.
- Keine Schülerin bzw. kein Schüler darf sich ohne Anwesenheit der verantwortlichen Lehrkraft im Wasserbereich aufhalten.
- Das Laufen ist wegen der erhöhten Sturzgefahr im Schwimmbad zu verbieten.
- Die Lehrkraft muss durch organisatorische Maßnahmen sicherstellen, dass die Schülerinnen und Schüler nicht unbeaufsichtigt ins Wasser gehen. Beim kurzfristigen Verlassen der Lerngruppe müssen sich die Schülerinnen und Schüler ab- und zurückmelden.
- Die Lehrkraft muss ihren Platz so wählen, dass sie alle im Wasser befindlichen Schülerinnen und Schüler sehen kann. Sie darf sich nicht gleichzeitig mit Schülerinnen und Schülern im Wasser aufhalten, sofern dies nicht in besonderen Fällen aus pädagogischen bzw. methodischen Gründen erforderlich ist.
- Die Lehrkraft muss die Kommunikation mit allen Schülerinnen und Schülern sicherstellen.
- Wird eine Lerngruppe mit Schwimmerinnen bzw. Schwimmern und Nichtschwimmerinnen bzw. Nichtschwimmern von nur einer Lehrkraft betreut, so ist sie im Lehrschwimmbekken oder im Nichtschwimmerteil eines Schwimmbeckens zu beaufsichtigen. Nichtschwimmerinnen bzw. Nichtschwimmer dürfen sich im Lehrschwimmbekken oder nur im Nichtschwimmerteil eines Schwimmbeckens, welcher deutlich vom Schwimmerteil abgegrenzt ist, aufhalten. Sie müssen ungefährdet in maximal brusttiefem Wasser stehen können. Ein ausreichender Abstand vom Begrenzungsseil zum Schwimmerbereich ist einzuhalten.
- Einzelbeaufsichtigung ist erforderlich, wenn Schülerinnen und Schüler lernen sollen, im tiefen Wasser frei zu schwimmen, und beim Strecken- und Tieftauchen. Sollte es die Lerngruppe zulassen, können geeignete Schülerinnen und Schüler im Rahmen einer Partnerbeobachtung die Lehrkraft unterstützen.



- Die Anwesenheit weiterer Personen (z. B. Schwimmbadpersonal, Integrationshilfe von Schülerinnen und Schülern mit Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung) entbindet die Lehrkraft nicht von ihrer Aufsichtspflicht. Grundsätzlich gilt auch beim Schwimmen im Schulsport die verantwortliche Zuständigkeit einer Lehrkraft je Lerngruppe.

3.3 Persönliche Ausstattung und Ausrüstung

- Die Lehrkraft und weitere Aufsicht führende Personen müssen während des Schwimmens im Schulsport Schwimm- oder leichte Sportbekleidung tragen.
- Grundsätzlich müssen alle Schülerinnen und Schüler, die die Schwimmstätte aufsuchen, geeignete Schwimmkleidung tragen. Für passive Schülerinnen und Schüler genügt leichte Sportbekleidung.
- Lange Haare müssen zusammengebunden werden oder von einer Badekappe bedeckt sein.
- Beim Schwimmen und Streckentauchen bis max. 2 m Wassertiefe können geeignete Schwimmbrillen getragen werden.¹²

3.4 Weitere Aktivitäten

Sicherheitsmaßnahmen beim Springen ins Wasser

- Vor Beginn des Unterrichts muss die Lehrkraft die Sprunganlage auf ihre Betriebssicherheit überprüfen.
- Wasserspringen ist nur dort zulässig, wo die Wasserfläche vom dafür zuständigen Badbetreiber für diesen Zweck freigegeben ist.
- Beim Wasserspringen ist u. a. darauf zu achten, dass die jeweilige Absprunghöhe erst betreten werden darf, wenn die Wasserfläche im Sprungbereich frei ist.
- Die Lehrkraft hat sicherzustellen, dass immer nur eine Schülerin oder ein Schüler das Sprungbrett oder die Absprunghöhe betritt. Als Ausnahme von dieser Regel gelten nur Partnersprünge vom Ein-Meter-Brett.
- Die Lehrkraft hat durch vereinbarte Zeichen den Sprungbetrieb zu regeln.
- Bei der Übungsorganisation muss auf Folgendes geachtet werden:
 - kein seitliches Abspringen,
 - keine gleichzeitigen Sprünge von unterschiedlichen Sprunghöhen,
 - keine gleichzeitigen Startsprünge von den Längs- und Stirnseiten des Beckens,
 - keine gleichzeitigen Startsprünge von beiden Seiten des Beckens,

¹² vgl. hierzu auch: www.sichere-schule.de/schwimmbad/lehrkraft/schwimmbrille



- nach dem Sprung müssen die Schülerinnen und Schüler das Becken in der vorgegebenen Richtung zügig verlassen,
- kopfwärtige Sprünge sind nur ab einer Wassertiefe von 1,80 m zulässig.

Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen

- Eine Einzelaufsicht durch die Lehrkraft oder in Partnersicherung mit einer darin geschulten Schülerin oder einem darin geschulten Schüler beim Tief- und Streckentauchen muss bis zum sicheren Erreichen des Beckenrandes des/der Tauchenden erfolgen.
- Beim Tauchen mit Maske und Schnorchel muss die Lehrkraft über Kenntnisse der theoretischen Grundlagen (inkl. Material- und Sicherheitskunde), Kenntnisse methodischer Vorgehensweisen (inkl. Demonstrationsfähigkeit), über praktische Erfahrungen im Tauchen mit Maske und Schnorchel verfügen und die Schülerinnen und Schüler über Sicherheitsmaßnahmen beim Tauchen (z.B. Druckausgleich, Vermeidung der Hyperventilation) aufklären.
- Die Lehrkraft hat vor einer Tauchübung zu klären, ob Erkrankungen vorliegen, die die Tauchfähigkeit der Schülerin oder des Schülers beeinträchtigen (Selbsterklärung zum Gesundheitszustand)¹³.
- Die Einzelbeaufsichtigung beim Tief- und Streckentauchen muss bis zum sicheren Erreichen des Beckenrandes der oder des Tauchenden erfolgen.
- Die Tauchausrüstung muss in einem sicherheitstechnisch einwandfreien Zustand sein und dem Stand der Technik entsprechen.
- Schülerinnen und Schüler, die im Schulsport Sporttauchen mit einem Drucklufttauchgerät (DTG) betreiben, müssen eine Einverständniserklärung der Erziehungsberechtigten vorlegen¹⁴ und beim Tauchen im Schwimmbad im Besitz des Deutschen Schwimmabzeichens Bronze sein bzw. beim Tauchen im Freigewässer im Besitz des Deutschen Schwimmabzeichens Silber sein.
- Bei der Durchführung von Tauchgängen im Freiwasser oder in künstlichen Tauchanlagen müssen sowohl die Lehrkraft als auch die Schülerinnen und Schüler im Besitz einer gültigen Tauchtauglichkeitsbescheinigung¹⁵ sein.
- Lehrkräfte, die mit Schülerinnen und Schülern im Schulsport Sporttauchen mit einem DTG betreiben, müssen entweder im Besitz der Schnuppertauchlizenz VDST Tauchen im Schulsport, der DOSB/ VDST Trainer C Breitensport Sporttauchen oder einer äquivalenten Ausbildung sein. Bei Tauchgängen im Freigewässer mit Schülerinnen und Schülern, die über keinen Tauchschein auf Niveau VDST DTSA* oder äquivalent nach DIN ISO 24801-2 verfügen, muss die VDST CMAS TL 1 Qualifikation oder äquivalent nach DIN ISO 24802-2 vorhanden sein. Tauchgänge sind nach den Sicherheitsstandards der einzelnen Tauchausbildungsorganisationen durchzuführen.

¹³ s. Muster im Anhang- Anlage 2

¹⁴ s. Muster im Anhang- Anlage 2

¹⁵ s. Muster im Anhang- Anlage 3



- Bei Tauchgängen im Freigewässer mit Schülerinnen und Schülern, die über einen Tauchschein auf Niveau VDST DTSA* oder äquivalent nach DIN ISO 24801-2 verfügen, muss die VDST CMAS *** Qualifikation oder äquivalent nach DIN ISO 24801-3 vorliegen. Tauchgänge sind nach den Sicherheitsstandards der einzelnen Tauchausbildungsorganisationen durchzuführen.

26



Physikalische Eigenschaften

Wasser hat besondere physikalische Eigenschaften, die wir direkt mit unserem Körper spüren können – beim Reinspringen, Schwimmen, Tauchen oder sogar schon beim Stehen im Wasser (Bissig & Gröbli, 2004). Lehrkräfte sollten die häufigsten Kinderfragen beantworten können – hier die wichtigsten Effekte:

1. Warum tut es weh, wenn man „auf das Wasser klatscht“?

Wenn man mit hoher Geschwindigkeit und flacher Körperhaltung auf die Wasseroberfläche trifft (z. B. beim „Bauchklatscher“), wirkt die **Oberflächenspannung** des Wassers wie eine harte Fläche. Das Wasser kann nicht schnell genug „ausweichen“, da es viel dichter ist als Luft. Der Aufprall verursacht daher eine plötzliche Bremsung und hohe Druckkräfte auf die Haut – was als Schmerz empfunden wird.

Merksatz für Kinder: „Wasser ist weich – aber nur, wenn man langsam reingeh!“

2. Warum bekomme ich Druck auf den Ohren beim Tauchen?

Je tiefer man taucht, desto größer wird der Wasserdruck. Wasser übt auf jeden Punkt des Körpers Druck aus – und dieser nimmt pro 10 Meter Tiefe um etwa 1 bar zu (also etwa den normalen Luftdruck auf Meereshöhe). Besonders empfindlich auf den **hydrostatischen Druck** reagiert das Trommelfell. Wenn der Druck außen größer ist als innen, spürt man das als unangenehmen Druck auf den Ohren.

Tipp: Durch das sogenannte „Druckausgleich“-Manöver (z. B. Nase zuhalten und vorsichtig pusten) kann man den Druck im Ohr ausgleichen.

Wichtig: Schwimmbrille darf nur bis 2 m Wassertiefe genutzt werden.



3. Warum trägt mich das Wasser?

Dichte & statischer Auftrieb: Wasser „trägt“ den Körper, weil es eine Auftriebskraft gibt. Diese entsteht, weil der Körper Wasser verdrängt – und Wasser will wieder an seinen Platz zurück. Der statische Auftrieb wirkt also nach oben.

Kind-Beispiel: Wenn man sich ruhig auf den Rücken legt und Luft in der Lunge hat, „treibt“ man oben – wie ein Ball oder ein Brett. Wenn man ausatmet, geht man unter, weil man weniger Wasser verdrängt.

Tipp: Nur ein vollständig eingetauchter Körper erfährt den vollen Auftrieb; Auftriebsverlust erfährt man in der Rückholphase des Arms beim Kraul- oder Rückenschwimmen. Den Kopf über Wasser zu halten, ist sehr kräftezehrend – daher sollte der Kopf beim Schwimmen immer mit ins Wasser genommen werden.

4. Warum kann ich schneller schwimmen, wenn ich gleite?

Dynamischer Auftrieb: Beim Bewegen durch das Wasser entsteht zusätzlich zum statischen Auftrieb ein dynamischer Auftrieb – ähnlich wie bei einem Flugzeugflügel in der Luft. Wenn man sich flach und gestreckt bewegt, hilft dieser Auftrieb dabei, besser oben zu bleiben.

Kind-Beispiel: Wer kräftig vom Beckenrand abstößt und sich flach wie ein Pfeil gleiten lässt, merkt: man bleibt „oben“ und gleitet schneller.

5. Warum ist Schwimmen so anstrengend?

Wasserwiderstand: Wasser ist viel dichter als Luft. Deshalb braucht jede Bewegung im Wasser mehr Kraft – besonders, wenn man sich schnell oder mit ausgestreckten Armen/Beinen bewegt. Der Widerstand bremst einen aus.

Kind-Beispiel: Beim Laufen im Wasser oder „Paddeln“ mit großen Bewegungen spüren Kinder sofort, wie das Wasser „zurückdrückt“.

Tipp: Die Kinder sollen sich in einem Kreis laufend fortbewegen und einen Strudel erzeugen. Auf ein Kommando drehen sich alle Kinder um und müssen versuchen in die andere Richtung zu laufen (gegen den Strom). So lässt sich Widerstand schnell und mit einem gemeinschaftlichen Experiment verdeutlichen.



6. Warum friere ich im Wasser schneller als an der Luft?

Wärmeleitfähigkeit des Wassers: Wasser leitet Wärme viel besser als Luft – etwa 25-mal schneller. Das bedeutet: Der Körper verliert im Wasser viel schneller Wärme, selbst wenn das Wasser gar nicht so „kalt“ wirkt. Man friert also schneller und stärker im Wasser, auch wenn die Umgebungsluft eigentlich wärmer ist.

Kind-Beispiel: Wenn Kinder lange ruhig im Wasser stehen oder treiben, fangen sie an zu zittern – obwohl das Becken warm erscheint. An Land würde das gleiche Gefühl viel später kommen.

Tipp: Bewegung hilft, die Körperwärme zu erhalten – still stehen im Wasser lässt einen schneller auskühlen. Deshalb sind Pausen außerhalb des Wassers wichtig! Außerdem kann man sich mit „Melkfett“ einreiben oder eine Badekappe tragen, da die meiste Wärme über den Kopf abgegeben wird.

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map



Checkliste Lehrkraft

Diese Checkliste unterstützt bei der sorgfältigen Planung und Durchführung des Schwimmunterrichts. Sie enthält wichtige Punkte zur Organisation, [Information der Eltern](#), Sicherheitsvorkehrungen sowie zum Umgang mit den Schüler*innen vor, während und nach dem Schwimmbadbesuch. So kann sichergestellt werden, dass der Schwimmunterricht reibungslos, sicher und gut vorbereitet verläuft.

Vor der ersten Schwimmstunde

Ich informiere die Eltern...

- über den Ort des Schwimmunterrichts.
- über die Zeiten des Schwimmunterrichts.
- über geeignete Kleidung für Schultage mit Schwimmunterricht.
- über geeignete Badebekleidung.
- Über eine [Packliste](#) für die Schwimm Tasche (z.B. Mütze, Handtücher, Duschzeug, etc.)
- über das Vorgehen bei Krankmeldung eines Kindes.

Ich frage die Eltern...

- nach dem schwimmerischen Können der Kinder.
- nach relevanten gesundheitlichen Informationen oder Einschränkungen sowie Medikation.
- nach Kontaktdaten der Erziehungsberechtigten und erstelle daraus eine Liste.

Ich überprüfe...

- die Gültigkeit meiner Rettungsfähigkeit.
- die Gültigkeit meines Erste-Hilfe-Nachweises.

Ich kläre...

- die verfügbaren Wasserzeiten ab.
- die verfügbaren Becken und/oder Bahnen ab.
- , welches Material mir zur Verfügung steht.
- , ob Schwimmunterricht anderer Schulen oder öffentlicher Betrieb zeitgleich stattfinden.

Ich informiere mich...

- durch eine Begehung des Schwimmbades.
- über Umkleiden, Duschen und Toiletten im Schwimmbad.
- über Wege, Abläufe und Verhalten in Notfällen.

Ich plane...

- den Umgang mit passiven oder kranken Schüler*innen (z.B. [Aufgaben](#), alternative Unterbringung, etc.).



Ich bespreche mit den Schüler*innen...

- Regeln für die Anfahrt/den Weg zum Schwimmbad.
- die Baderegeln.
- was in die Schwimmtasche gehört.
- individuelle Regeln, die für unseren Schwimmunterricht gelten.
- wie sie sich im Schwimmbad zu verhalten haben.
- notwendige Treffpunkte vor und im Schwimmbad.
- klare Signale für Abläufe und Sicherheit.

Anreise

Ich kontrolliere...

- die Anwesenheit.
- , ob alle Schüler*innen ihre Schwimmsachen dabei haben.

Jede Stunde...

- stellen sich die Schüler*innen für Transportwege sowie den Einlass ins Schwimmbad auf.
- treffen wir uns an einem Sammelplatz.

Bestenfalls tragen alle Kinder bzw. Jugendliche mit langen Haaren eine Badekappe. Ansonsten müssen die Haare fest zusammengebunden werden. Da insbesondere die jüngeren Kinder oftmals ohne Zopf zum Schwimmen erscheinen, haben vorbereitete Lehrkräfte immer ein paar **Haargummis** dabei, um sich nicht über im Gesicht hängende Haare ärgern zu müssen. Hier bietet es sich an, dass man an der Studentafel oder beim Schlüsselkorbchen auch eine „Haargummi-Station“ einrichtet.

Hier gelangen Sie direkt zur Druckvorlage. Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Packlisten

Diese Packliste kann den **Eltern** als Orientierung dienen, was ihr Kind für den Schwimmunterricht benötigt. Sie hilft, eine gute Vorbereitung sicherzustellen und den Ablauf vor Ort zu erleichtern. Die Liste kann zusammen mit einem [Elternbrief](#) oder bei einem [Elternabend](#) vor dem Schwimmunterricht ausgeteilt werden.

Sollten sprachliche Barrieren vorhanden sein, kann die Liste für Eltern in Kombination mit der Liste für **Kinder** rausgegeben werden. Falls im Unterricht genügend Zeit ist, können die Kinder bereits die tatsächlich benötigten Gegenstände ausmalen und dadurch werden sie auch für die Eltern visualisiert.

In die Schwimmflasche gehören:

- Schwimmhose (keine Boardshorts)
- Badeanzug/Sportbikini (kein Bikini)
- Schwimmbrille
- Badekappe
- Haargummi
- Badeschlappen
- 1-2 Handtücher (am Beckenrand, zum Duschen)
- Duschgel/Shampoo
- Pflegeprodukte
- Bürste
- 1/2 Euro Stück

Außerdem:

- Föhn
- Mütze für nasse Haare
- Trinkflasche (nicht aus Glas!)
- Verpflegung für Rückreise

Für passive Kinder:

- Leichte Sportbekleidung
- Badeschlappen
- Stift und Block

Am Tag vermeiden:

- viele Knöpfe (z.B. Hemd/Bluse)
- Strumpfhose

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Eine sorgfältig erstellte Packliste hilft den Schüler*innen, alle wichtigen Dinge für den Schwimmunterricht dabei zu haben. Das Ausmalbild erleichtert den **Kindern** auf spielerische Weise, sich an die benötigten Gegenstände zu erinnern und fördert ihre Selbstständigkeit.



Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Elternbrief

Der nachstehende Entwurf eines Elternbriefes enthält Lücken zum individuellen Ausfüllen und kann flexibel an Ihre Bedürfnisse angepasst werden. Er eignet sich besonders gut, um ihn gemeinsam mit der [Packliste](#) und einer [Elternabfrage](#) auszuteilen. So lassen sich wichtige Informationen sammeln und gleichzeitig ein [Rücklaufzettel](#) erstellen, der den Überblick über die Teilnahme und besondere Hinweise der Eltern erleichtert.

Abweichend zu der nachfolgenden Vorlage bietet es sich auch an, bereits bei einer Schulanmeldung darauf hinzuweisen, in welchem Schuljahr der Schwimmunterricht stattfindet. Es gibt die Möglichkeit, klarzustellen, dass die Schule nicht das „Schwimmenlernen“ übernimmt und die Kinder somit zuvor z.B. in einem Verein Schwimmen lernen sollten. Man kann zu diesem Zeitpunkt schon drauf hinweisen, wie der Umgang mit Nichtschwimmer*innen sein wird.

Bei ausreichenden Ressourcen bietet sich außerdem an, ein halbes Jahr vor Beginn des Schwimmunterrichts eine [Diagnostik](#) in der Schule durchzuführen. Danach kann erneut ein Hinweis oder eine Empfehlung an die Eltern gegeben werden, was bis zum Start des Schwimmunterrichts aufzuholen oder zu erlernen ist.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Liebe Eltern der Klasse _____,

Im kommenden Halbjahr haben wir _____ (Tag) in der _____ (Stunden)
Schwimmunterricht im _____ (Bad).

Gemeinsam fahre ich mit den Schüler*innen mit einem Bus zum Bad und wieder zurück zur Schule.

ODER:

Die An-/Abreise zum und vom Schwimmbad darf selbstständig erfolgen (Einverständniserklärung). Die Kinder, die selbstständig kommen, sollten bis spätestens _____ Uhr am Schwimmbad sein. Der Treffpunkt ist _____. Die Kinder, die mit dem Bus zur Schule kommen, treffen sich mit mir auf dem Schulhof und gehen gemeinsam zu Fuß mit einer Lehrkraft zum Schwimmbad.

In Vorbereitung auf den Schwimmunterricht sollten Sie mit Ihrem Kind die Sicherheits- und Baderegeln durchgehen. Wir möchten Sie vorsorglich darauf hinweisen, dass der Schwimmunterricht Teil des Bildungsplans und somit verpflichtend ist!

Außerdem erhalten Sie eine Packliste für die Schwimm Tasche und Hinweise für die Bekleidung am Tag des Schwimmunterrichts. Diese finden Sie im Anhang.

Sollten bei Ihrem Kind Krankheiten, Allergien oder sonstige gesundheitliche Beeinträchtigungen vorliegen, bitte ich um eine kurze Information zur möglichen Medikation und den Umgang im Notfall. Im Einzelfall bitte ich um ausführlichere Beschreibung und gegebenenfalls um ein kurzes Gespräch. Wenn ihr Kind aus gesundheitlichen Gründen nicht am Schwimmunterricht teilnehmen darf, ist ein ärztliches Attest zwingend erforderlich! Bitte legen Sie dieses bei.

Bitte füllen Sie außerdem den Bogen zur Schwimmfähigkeit Ihres Kindes aus. Dieser dient einer ersten Einschätzung der Lerngruppe, übernimmt aber nicht die Diagnostik. Ich werde mir in der ersten Stunde das schwimmerische Können der Kinder anschauen. Demnach werden voraussichtlich Kleingruppen gebildet.

Wenn Ihr Kind am Tag des Schwimmunterrichts krank ist, _____.
(bleibt es in der Schule in einer Parallelklasse, kommt es mit (braucht Sportklamotten), usw.)

Sollten Sie das Gefühl haben, dass ich noch weitere Informationen zu Ihrem Kind benötige, kontaktieren Sie mich bitte im Vorfeld. Für Notfälle bitte ich um eine Kontaktmöglichkeit, um mich schnellstmöglich bei Ihnen melden zu können.

Den unterschriebenen Rücklaufzettel geben Sie ihrem Kind bitte bis spätestens zum _____ mit.

Mail:

Tel:

Mit freundlichen Grüßen,



Vorlage Infoabend

Ein Infoabend vor dem Start des schulischen Schwimmunterrichts ist eine wertvolle Gelegenheit, um Eltern und Erziehungsberechtigte umfassend über Ziele, Inhalte und Abläufe zu informieren. Er schafft Transparenz, baut Vertrauen auf und ermöglicht den Austausch zu Erwartungen und möglichen Fragen. So können Unsicherheiten reduziert und die Zusammenarbeit zwischen Schule und Elternhaus gestärkt werden. Für Lehrkräfte ist dieser Abend zudem eine wichtige Plattform, um die Bedeutung des Schwimmunterrichts als Teil der Gesundheits- und Sicherheitsförderung zu vermitteln und eine positive Grundstimmung für den Unterricht zu schaffen.

Im Folgenden wird ein möglicher Ablauf für den Infoabend vorgestellt, der als Orientierung dienen kann:

- Vorstellung Lehrkraft
- Infos über Ort, Zeit des Schwimmunterrichts
- Zur Verfügung stehende Wasserflächen
- Betreuungsschlüssel/Infos Funktionsteam (Wer ist dabei - mit welcher Funktion?)
- Ggf.: Welches Elternteil kann den Schwimmunterricht begleiten?

- Infos An- und Abreise
- [Krankheiten, Allergien](#) etc.
- Umgang im Notfall & [Kontaktliste](#)
- [Packliste](#) / Was sollten die Kinder am Tag des Schwimmunterrichts (nicht) tragen?
- Umgang mit [passiven Kindern](#)
- Sicherheits- und [Baderegeln](#)
- Abfrage [schwimmerisches Können](#)
- [Diagnostik](#) im Unterricht

- Fragen klären
- Kontaktmöglichkeiten

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map



Reiseplan

Der Reiseplan dient als zentrale Übersicht zur Organisation der Anreise der Schüler*innen zum Schwimmunterricht. Auf diesem Dokument kann festgehalten werden, welche Kinder wie zum Schwimmbad gelangen – etwa in Begleitung, mit dem Bus, zu Fuß oder individuell. Diese Übersicht unterstützt eine verlässliche Planung und ist insbesondere für Vertretungssituationen von Bedeutung.

Nr.	Name Kind	Anreise	Abreise	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

Treffpunkt Schule: _____ Uhrzeit: _____

Abfahrt Schule: _____ Uhrzeit: _____

Kontakt Bus: _____

Ankunft Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Treffpunkt Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Abfahrt Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Ankunft Schule: _____ Uhrzeit: _____

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Mind-Map](#)



Eltern Abfrage

Vor Beginn des Schwimmunterrichts ist eine Elternabfrage erforderlich, um grundlegende Informationen zur Teilnahme der Schüler*innen zu erfassen. Sie dient der Klärung wichtiger Aspekte wie dem aktuellen Können im Schwimmen, gesundheitsbezogenen Hinweisen mit Relevanz für den Unterricht sowie organisatorischen Punkten wie Anreise und Treffpunkten. Darüber hinaus umfasst die Elternabfrage erforderliche Einverständniserklärungen, um eine rechtlich abgesicherte und pädagogisch verantwortungsvolle Durchführung des Schwimmunterrichts zu gewährleisten.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Ich _____ (Mutter, Vater, Erziehungsberechtigte*r)
habe den Elternbrief zum Schwimmunterricht erhalten.

Mein Kind _____

- kann tauchen.
- kann den Seestern (schweben).
- hat folgendes Abzeichen: _____
- hat folgende Erfahrungen im Schwimmen: _____
- kann nicht schwimmen.

- hat gesundheitliche Einschränkungen:
 - Epilepsie
 - Paukenröhrchen
 - Mittelohrentzündung
 - Loch im Trommelfell
 - Asthma
 - Diabetes mellitus
 - Neurodermitis
 - Herzfehler
 - Chlorallergie
 - Wasserphobie
 - PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung)
 - Sonstige Erkrankungen/Allergien: _____

- Mein Kind darf aus gesundheitlichen Gründen nicht am Schwimmunterricht teilnehmen. (Ärztliche Bescheinigung)

- darf allein zum Schwimmbad kommen.
- kommt zum Treffpunkt in der Schule.

Datum: _____

Unterschrift: _____

Notfallnummer: _____



Rücklaufzettel

Nr.	Name Kind	Kontakt	Anreise	Tauchen	Seestern	Abzeichen/Erfahrung	Notiz
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Kontaktliste

Nr.	Name Kind	Name Kontaktperson	Nummer	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				

Kontakt Sekretariat

Nummern Kolleg*innen

Notrufnummern

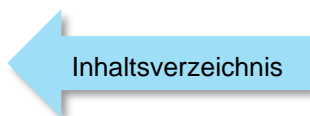
Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Dokumentation Krankheiten

Nr.	Name Kind	Krankheit/Einschränkung	Medikamente/Verhalten	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Gesamtübersicht

Während auf den bisherigen Templates die Informationen einzeln erfasst wurden, ermöglicht die Gesamtübersicht ein gebündeltes Eintragen aller relevanten Daten an einer zentralen Stelle. So wird eine bessere Übersichtlichkeit geschaffen und der Zugriff auf wichtige Informationen vereinfacht.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Nr.	Kind	Kontakt	Nummer	Krankheit	Medikation	Anreise	Tauchen	Seestern	Abzeichen	Notiz
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										
16										
17										
18										
19										
20										
21										
22										
23										
24										
25										

Kontakt Sekretariat

Notrufnummern

Sonstige

Dokumentation Keine Schwimmsachen

Nr.	Name Kind	Datum	Datum	Datum	Datum	Notiz
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#). Die Liste lässt sich auch digital verwenden.



Flyer Krankheiten

Diese Übersicht dient ausschließlich als Orientierungshilfe im Umgang mit bestimmten gesundheitlichen Besonderheiten im Schwimmunterricht. Sie erhebt weder Anspruch auf Vollständigkeit noch auf medizinische oder rechtliche Verbindlichkeit.

Alle Informationen ersetzen nicht die ärztliche Diagnose, Beratung oder Therapie. Für die konkrete Durchführung des Schwimmunterrichts sind stets individuelle Absprachen mit den Erziehungsberechtigten sowie – altersentsprechend – mit den betroffenen Kindern zu treffen.

Die Verabreichung von Medikamenten darf ausschließlich nach vorheriger schriftlicher Einwilligung der Erziehungsberechtigten sowie unter Vorlage eines ärztlichen Notfall- oder Medikamentenplans erfolgen.

Im Zweifelsfall ist Rücksprache mit medizinischem Fachpersonal, den Eltern oder der zuständigen Schul-/Einrichtungseitung zu halten.

Jeder Punkt enthält:

1. **Kurze Erklärung**
2. **Was im Schwimmunterricht zu beachten ist**
3. **Warnzeichen/Anzeichen im Wasser**
4. **Notfallverhalten**
5. **(Link zu Infowebsites)**

Epilepsie

- **Erklärung:** Eine neurologische Erkrankung, bei der es zu Krampfanfällen kommt.
- **Beachten:** Kind niemals unbeaufsichtigt schwimmen lassen. Info über Art der Anfälle einholen.
- **Warnzeichen:** Verharren, plötzlicher Blickverlust, Zuckungen, Bewusstlosigkeit.
- **Notfall:** Sofort Kind aus dem Wasser holen, Seitenlage, Notruf 112, Anfallsdauer notieren.
- [Deutsche Epilepsievereinigung – Gemeinsam leben mit Epilepsie](#)

Paukenröhrchen

- **Erklärung:** Kleine Röhrchen im Trommelfell zur Belüftung des Mittelohrs.
- **Beachten:** Ohrenschutz (z. B. Silikonstöpsel oder Badekappe), Arztempfehlung einholen.
- **Warnzeichen:** Schmerzen, Gleichgewichtsstörungen.
- **Notfall:** Schwimmen abbrechen, Eltern informieren, evtl. HNO-Kontrolle.



Mittelohrentzündung

- **Erklärung:** Entzündung des Mittelohrs mit Schmerzen, Fieber.
- **Beachten:** Kein Schwimmen bei akuter Entzündung. Ärztliche Freigabe erforderlich.
- **Warnzeichen:** Kind fasst sich ans Ohr, klagt über Schmerzen oder Schwindel.
- **Notfall:** Schwimmen abbrechen, Eltern benachrichtigen.

Loch im Trommelfell

- **Erklärung:** Trommelfell ist verletzt oder durchbrochen.
- **Beachten:** Kein Wasser ins Ohr! Ohrstöpsel + Schwimmkappe zwingend erforderlich.
- **Warnzeichen:** Wasser im Ohr = Schmerzen, Hörverlust.
- **Notfall:** Schwimmen beenden, medizinische Kontrolle.

Asthma

- **Erklärung:** Chronische Atemwegserkrankung mit Anfällen von Atemnot.
- **Beachten:** Asthmaspray greifbar halten, Kind vor körperlicher Belastung fragen.
- **Warnzeichen:** Husten, pfeifende Atmung, Atemnot, Panik im Wasser.
- **Notfall:** Spray einnehmen lassen, Kind beruhigen, ggf. 112 rufen.
- [Asthma-Diagnose](#)

Neurodermitis

- **Erklärung:** Chronisch-entzündliche Hauterkrankung.
- **Beachten:** Chlor kann Haut reizen. Haut vorher eincremen, ggf. Badezeit begrenzen.
- **Warnzeichen:** Juckreiz, Kratzen, Rötung.
- **Notfall:** Haut beruhigen, duschen, ggf. antiallergische Salbe (falls vorhanden).
- <https://www.neurodermitis.de/neurodermitis/>

Herzfehler

- **Erklärung:** Angeborene oder erworbene strukturelle Herzprobleme.
- **Beachten:** Belastbarkeit individuell – Rücksprache mit Eltern/Arzt.
- **Warnzeichen:** Atemnot, blaue Lippen, schnelle Erschöpfung.
- **Notfall:** Sofort aus dem Wasser holen, flach lagern, 112 rufen, Notfallmedikamente beachten.
- [Leben mit Herzfehler – Bundesverband Herzranke Kinder e.V.](#)



Chlorallergie

- **Erklärung:** Überempfindlichkeitsreaktion auf Chlor (Haut, Atemwege).
- **Beachten:** Alternative Schwimmbäder (Salzwasser), kurz duschen nach dem Schwimmen.
- **Warnzeichen:** Hautausschlag, Juckreiz, Atemprobleme.
- **Notfall:** Kontakt mit Chlor stoppen, duschen, ggf. Antihistaminikum, 112 bei Atemnot.
- <https://www.allergieinformationsdienst.de/aktuelles/news/artikel/allergische-sensibilisierung-durch-chlor-in-schwimmbecken>

Diabetes mellitus

- **Erklärung:** Zuckerstoffwechselstörung, Risiko für Unterzucker. Es gibt zwei Hauptformen bei Kindern: **Typ 1** (Autoimmunerkrankung) und **Typ 2** (stoffwechselbedingt durch Übergewicht und Bewegungsmangel).
- **Beachten:** Blutzucker vor dem Unterricht kontrollieren, Traubenzucker dabei.
- **Warnzeichen:** Schwitzen, Zittern, Blässe, Verwirrtheit, Schwäche.
- **Notfall:** Kind aus dem Wasser holen, Zucker verabreichen, Notruf bei Bewusstlosigkeit.
- [Diabetes: Einfach und verständlich erklärt](#)

Wasserphobie

- **Erklärung:** Intensive Angst vor Wasser, oft psychisch bedingt.
- **Beachten:** Kein Zwang! Langsames Heranführen an Wasser. Vertrauen aufbauen.
- **Warnzeichen:** Vermeidung, Zittern, Panik.
- **Notfall:** Ruhe bewahren, Kind beruhigen, Unterricht abbrechen, ggf. Gespräch mit Eltern suchen.

PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung)

- **Erklärung:** Psychische Reaktion auf ein Trauma, kann durch Wasser getriggert werden.
- **Beachten:** Vermeidung von Triggern, klare Regeln, kein Überraschungsmoment (z. B. Untertauchen).
- **Warnzeichen:** Panikattacke, Erstarren, Weinen, Rückzug.
- **Notfall:** Beruhigen, aus der Situation holen, Eltern informieren, ggf. Fachpersonal einschalten.
- [Was ist ein Trauma?](#)

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map





Virtueller Rundgang

Diese PowerPoint-Präsentation dient als beispielhafte Vorlage und Inspiration für einen virtuellen Rundgang durch das Schwimmbad und kann individuell mit eigenen Bildern Ihres Schwimmbads erstellt werden. Sie ermöglicht es, den Schüler*innen bereits vor dem ersten Besuch vor Ort wichtige Eindrücke und Orientierungspunkte zu vermitteln. So lernen sie die Räume, Umkleiden, Duschen und Treffpunkte kennen und fühlen sich sicherer und besser vorbereitet für den Schwimmunterricht.

Hinweis: Da es sich um eine Beispielpräsentation einer bestimmten Schule handelt, gelten die inhaltlichen Aussagen nicht allgemein und sind nicht pauschal auf alle Schulen übertragbar.

Die Busfahrt



- Wir starten gemeinsam mit dem Bus zum Schwimmbad.
- Die Schwimm Taschen werden erst nach der großen Pause (bzw. nach dem Unterricht) geholt.
- Wir ziehen uns warm an und denken im Winter an eine Mütze.
- Im Bus gelten die **BUSREGELN!!!**

© Stahl/Westphal

Vor dem Schwimmbad



- Wir stellen uns vor dem Schwimmbad in zwei Reihen auf. Links die Mädchen hintereinander und rechts die Jungen hintereinander.
- Dabei sind wir leise und schubsen keine Kinder.

© Stahl/Westphal

Im Schwimmbad




- Wir gehen leise in die Umkleide.
- Die Mädchen gehen mit einer Lehrerin und die Jungen gehen mit einer Lehrerin.

© Stahl/Westphal

Das Umziehen

- Suche dir einen **UNTEREN** Schrank aus.
- Stelle deine Schuhe ordentlich darunter auf den Boden.
- Ziehe dich so schnell wie möglich um und verstau deine Sachen im Schrank.
- Lehne die Tür deines Schrankes an.

© Stahl/Westphal



Das Duschen

- Wir sind unter der Dusche leise, da auch andere Besucher hier duschen.
- Benutze **niemals** Shampoo oder Duschgel.
- Alle Kinder mit längeren Haaren denken bitte daran, sich einen Zopf zu machen.



POOL MANAGEMENT
© Stahl/Westphal

Das Lehrschwimmbecken

- Wenn wir das Lehrschwimmbecken nutzen, setzt ihr euch auf die Bank und den Boden vor der Bank.
- **Keiner geht ins Wasser!!!**



POOL MANAGEMENT
© Stahl/Westphal

Das Schwimmerbecken

- Hier seht ihr das Schwimmerbecken.
- Wenn wir etwas mit euch besprechen müssen, treffen wir uns in der Ecke.



POOL MANAGEMENT

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map



Baderegeln

Die allgemein geltenden Baderegeln (DLRG) sind eine wichtige Grundlage für die Sicherheit im Schwimmunterricht. Sie beschreiben Verhaltensweisen, die dazu beitragen, Unfälle zu vermeiden und einen geordneten Ablauf zu ermöglichen. Lehrkräfte sollten die Regeln verständlich vermitteln und auf deren Einhaltung achten. Im Folgenden finden sich illustrierte Beispiele, die dabei unterstützen können.



Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

Inhaltsverzeichnis


Mind-Map



Regelplakat

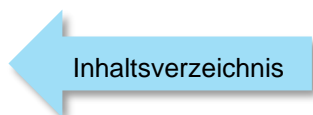
Dieses Regelplakat dient als Vorlage, um individuelle Regeln innerhalb der Klasse für den Schwimmunterricht gemeinsam mit den Kindern festzulegen und sichtbar zu machen. Die Regeln können im Unterricht gemeinsam erarbeitet, formuliert und direkt auf dem Plakat verschriftlicht werden. Es eignet sich zur gut sichtbaren Platzierung in der Schwimmhalle oder als Handout für die Kinder. Besonders zu Beginn jeder Schwimmeinheit unterstützt das Plakat dabei, zentrale Verhaltensregeln einzuprägen und ein sicheres, respektvolles Miteinander im Wasser zu fördern.

Unsere Regeln



- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____
- _____

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Verhalten Umkleide

Dieses Bild dient als anschauliche Unterstützung zur Einführung von Ordnungsregeln in der **Sammelumkleide**. Es zeigt auf der einen Seite, wie ein ordentlicher Platz aussehen soll und auf der anderen Seite, wie ein unordentlicher Platz vermieden werden sollte. Die Gegenüberstellung soll den Schüler*innen helfen, ein klares Verständnis für angemessenes Verhalten in der Umkleide zu entwickeln. Die Visualisierung kann zu Beginn des Schwimmunterrichts sowie zur regelmäßigen Erinnerung durch den Ordnungsdienst eingesetzt werden, um ein geordnetes Miteinander zu fördern.



Sollten **Einzelumkleiden** genutzt werden, bietet es sich an Absprachen über folgende Dinge zu treffen: Nutzung der Umkleide alleine/zu zweit (Buddy-System), Verstauen der Kleidung, Nutzung der Spinde, Treffpunkte, vereinbarte Zeiten.

Sollten andere Schulen oder Klassen parallel im selben Schwimmbad Unterricht haben, empfiehlt es sich, die Umkleidesituation vorab mit allen beteiligten Lehrkräften zu besprechen:

- Wer/Welche Klasse nutzt welche Kabinen/Duschen?
- Welche Lehrkraft nutzt welche Treffpunkte?
- Welche Lehrkraft beaufsichtigt welche Gruppe?
- Können (gleichaltrige) Gruppen in Sammelumkleiden zusammengelegt werden?

Zur klaren Kennzeichnung der Aufteilungen dienen wiederverwendbare Schilder, die die Lehrkraft an die Umkleidetüren hängen kann (z.B. Pinguin-Klasse, 6b und 5c etc.).

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Mind-Map](#)



Dienste

Für den Schwimmunterricht können verschiedene Dienste eingeführt werden, sodass Schüler*innen die Möglichkeit haben, aktiv Verantwortung für das gemeinsame Lernen und den Ablauf des Unterrichts zu übernehmen. Die Dienste im Schwimmunterricht werden durch Karten visualisiert. Jede Karte steht für eine bestimmte Aufgabe im Unterricht. Die folgenden Dienste stellen eine Auswahl dar und sind individuell je nach Bedarf einzusetzen.

Die Namen der Schüler*innen können z.B. auf Wäscheklammern geschrieben und an die jeweilige Dienstkarte angeheftet werden, um zu zeigen, wer den Dienst in der aktuellen Woche übernimmt.

Die Dienste wechseln z.B. wöchentlich, sodass alle Schüler*innen nach und nach die unterschiedlichen Aufgaben übernehmen können.

Materialdienst



Der Materialdienst hilft beim Verteilen und Einsammeln der Materialien.

Ordnungsdienst



Der Ordnungsdienst kontrolliert nach dem Umziehen, ob die Umkleiden ordentlich hinterlassen wurden.

Fundstückedienst



Der Fundstückedienst sammelt vergessene Kleidungsstücke oder Gegenstände ein, bringt sie an einen festgelegten Ort und informiert die Lehrkraft.



Zeitdienst



Der Zeitdienst achtet auf die Einhaltung der Zeiten beim Umziehen, Duschen.

Schlüsseldienst



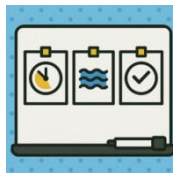
Der Schlüsseldienst sammelt zu Beginn der Stunde die Spindschlüssel ein, bewahrt sie sicher auf und gibt sie am Ende wieder zurück.

Schmuckdienst



Der Schmuckdienst erinnert alle Mitschüler*innen daran, ihren Schmuck vor dem Schwimmen abzulegen und sammelt den Schmuck in einer Kiste.

Tafeldienst



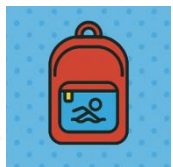
Der Tafeldienst zeigt die jeweils aktuelle Phase der Schwimmstunde an, indem er ein Symbol bei jedem Phasenwechsel weiterschiebt.

Lautstärkedienst



Der Lautstärkedienst beobachtet die Geräuschkulisse und gibt ein vereinbartes Zeichen, wenn es in der Gruppe zu laut wird.

Taschendienst



Der Taschendienst achtet darauf, dass alle Schüler*innen vor und nach dem Schwimmen ihre Schwimm Tasche dabei haben.



Beobachtungsdienst



Der Beobachtungsdienst kann von passiven Schüler*innen übernommen werden. Sie beobachten den Unterricht gezielt.

Toilettendienst



Der Toilettendienst achtet darauf, dass sich Schüler*innen bei Toilettengängen an- und abmelden, und informiert die Lehrkraft bei Auffälligkeiten.

Regeldienst



Der Regeldienst achtet auf die Einhaltung der vereinbarten Schwimmregeln und sagt der Lehrkraft bei Regelverstößen Bescheid.

Notfalldienst



Der Notfalldienst bringt die Erste-Hilfe-Ausrüstung ins Schwimmbad, legt sie an den vorgesehenen Platz und nimmt sie nach der Stunde wieder mit zurück.

Aufstellungsdienst



Der Aufstellungsdienst sorgt dafür, dass sich die Gruppe zu Beginn und am Ende der Stunde geordnet und vollständig aufstellt.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Mind-Map](#)



Geheimer Oktopus

Das Spiel „Der geheime Oktopus“ eignet sich besonders im Schwimmunterricht, um auf spielerische Weise soziales Verhalten, Regelbewusstsein und Rücksichtnahme zu fördern. Positive Verhaltensweisen können gezielt gestärkt werden, ohne einzelne Kinder bloßzustellen.

Ablauf:

1. **Heimliche Auswahl:** Die Lehrkraft wählt zu Beginn der Stunde heimlich ein Kind aus – den „geheimen Oktopus“.
2. **Beobachtung:** Während des Schwimmunterrichts wird das Verhalten dieses Kindes still beobachtet – z. B., ob es sich an die Schwimmregeln hält, gut mitmacht, usw.
3. **Auflösung:** Am Ende des Schwimmunterrichts (z.B. im Rahmen einer Reflexion) wird aufgelöst, ob das geheime Kind es „geschafft“ hat. Der Name des Kindes wird als positive Verstärkung genannt, wenn es gut funktioniert hat. Falls es nicht funktioniert hat, bleibt das Kind anonym.

Zur Einführung des geheimen Oktopus in der Klasse kann folgende Vorlage verwendet werden:



Inki und der geheime Oktopus

Tief unten im glitzernden Ozean lebte Inki, der kleine, lila Oktopus mit acht wuseligen Armen. Inki hatte eine ganz besondere Fähigkeit: Er konnte seine Farbe blitzschnell ändern und sich perfekt tarnen. Seine Freunde staunten immer wieder, wie er wie von Zauberhand mit dem Sand, den Korallen oder den Muscheln verschmolz.



Doch Inki nutzte seine Tarnkunst nicht nur zum Spielen. Er hatte eine geheime Mission: Jeden Tag wählte er einen seiner Freunde aus, der der geheime Oktopus war – aber niemand wusste, wer es war!

Der geheime Oktopus hatte eine wichtige Aufgabe: sich besonders freundlich, hilfsbereit und aufmerksam zu verhalten – ob beim Spielen, Zuhören oder Helfen. Die anderen wussten es nicht, aber Inki beobachtete genau.

Am Ende des Tages versammelte Inki alle Meeresfreunde und fragte geheimnisvoll: „Wisst ihr, wer heute der geheime Oktopus war?“ Und wenn das geheime Meereskind sich gut verhalten hatte, verriet Inki stolz den Namen – und alle klatschten mit ihren Flossen, Tentakeln oder Scheren Beifall.

Wenn es mal nicht ganz geklappt hatte, blieb der Oktopus geheim – denn jeder darf üben, besser zu werden.

Seitdem spielen die Meeresfreunde das Spiel jeden Tag. Es macht Spaß, freundlich und rücksichtsvoll zu sein, denn niemand weiß, ob man selbst heute der geheime Oktopus ist!

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map

Signale

Die Stimme ist ein zentrales Arbeitsmittel jeder Lehrkraft – besonders im Sportunterricht, wo Lärmpegel, große Distanzen und Außenräume den Stimmgebrauch zusätzlich belasten. Studien zeigen, dass insbesondere Sportlehrkräfte die Stimmbelastung im Schwimm- und Sportunterricht als herausfordernd empfinden (Ghayebzadeh & Figueiredo da Silva, 2024; Klingen, 2013). Für Lehrkräfte im Förderschulbereich kommen weitere Anforderungen hinzu: Je nach Förderschwerpunkt – etwa Geistige Entwicklung, Hören und Kommunikation oder Sprache – ist ein bewusster, klarer und schonender Einsatz von Kommunikation besonders wichtig, um Verständlichkeit, Aufmerksamkeit und einen positiven Zugang zur Unterrichtssituation zu gewährleisten.

Eine mögliche Strategie zur Entlastung der Stimme, ist das Nutzen von Handzeichen und nonverbalen Signalen im Unterricht. Nachfolgend sind einige Vorschläge:

Stopp



Die Lehrkraft hält ihre Hand hoch. Daraufhin hören alle Schüler*innen mit dem, was sie gerade machen, auf.

Zuhören

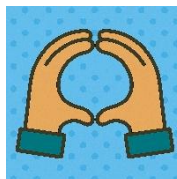


Die Lehrkraft hält ihre Hände hinter den Ohren und wartet bis alle Schüler*innen das Gleiche tun und leise zuhören.

Kreis bilden



Die Lehrkraft hält ihre Hände in Kreisform über dem Kopf. Um sie herum sollen die Schüler*innen einen Kreis bilden.



Zusammenkommen



Die Lehrkraft beginnt in einem Rhythmus zu klatschen. Die Schüler*innen begeben sich möglichst schnell zur Lehrkraft und klatschen im gleichen Rhythmus mit bis alle Schüler*innen angekommen sind.

Hinsetzen



Die Lehrkraft streckt ihre Hand als Faust hoch. Die Schüler*innen setzen sich, da wo sie sich gerade befinden, hin.

Material weglegen



Die Lehrkraft streckt ihre Hände nach vorne aus. Die Schüler*innen legen jegliches Material weg und strecken dann ihre leeren Hände genauso aus.

Zugucken



Die Lehrkraft zeigt mit einem oder wahlweise zwei Fingern auf ihre Augen. Alle Schüler*innen sollen sie beobachten.

Toilette



Die Schüler*innen halten ihre Hand mit überkreuzten Fingern hoch. Dadurch kann die Lehrkraft direkt erkennen, dass die Person zur Toilette gehen muss.



Duschen



Die Lehrkraft hält ihre Hand über den Kopf um die Schüler*innen zum Duschen aufzufordern.

Ruhe



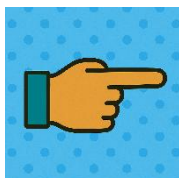
Die Lehrkraft legt den Finger auf den Mund und die Schüler*innen wiederholen diese Geste und sind leise.

Frage/Hilfe



Die Schüler*innen halten einen Finger seitlich an die Stirn und symbolisieren dadurch, dass die eine Frage haben oder Hilfe benötigen.

Aus dem Wasser raus



Die Lehrkraft zeigt mit ihrem Finger in die Richtung oder auf den Beckenrand an dem die Schüler*innen das Becken verlassen sollen.



Neben den Handzeichen, die eine Lehrkraft oder die Kinder nutzen können, gibt es Möglichkeiten eine Gruppe schnellstmöglich zur Ruhe zu bringen, die Aufgabe zu unterbrechen, den Wechsel einer Stationsarbeit oder Unterrichtsphasen anzusagen oder die Kinder aus dem Wasser zu holen. Die Lehrkraft startet mit einem der Klasse bekannten Klatschrhythmus und die Kinder steigen ein – solange, bis alle Kinder entweder die Aufgabe unterbrochen haben, Ruhe eingekehrt ist oder die Kinder am angesagten Treffpunkt zusammengekommen sind. Dadurch, dass die Kinder mit einsteigen, werden sie aufgefordert aktiv die bisherige Aufgabe zu unterbrechen und die Lautstärke des Klatschens wird immer höher, damit alle Kinder mitbekommen, dass eine Ansage folgt.

Als Alternative können vereinbarte „Schlachtrufe“ genutzt werden, wie zum Beispiel:

Lehrkraft – „Hallo, Hallo!“

Kinder – „Wir sind hier!“ (Kinder beenden ihre Aufgabe und drehen sich zur Lehrkraft um)

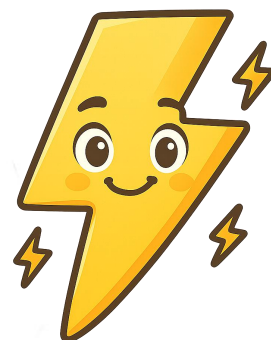
Lehrkraft – „Hallo, Hallo!“

Kinder „Hier kommen wir!“ (Kinder verlassen aktuellen Ort und treffen sich bei Lehrkraft)

Eine weitere Idee wäre, dass man an einer Ecke im Schwimmbecken einen Treffpunkt vereinbart und diese Ecke als Hafen bezeichnet. Sobald die Lehrkraft ein Schild von einem Schiff hochhält und sich dort positioniert, wissen die Kinder, dass sie in den Hafen kommen sollen.



Spiele wie zum Beispiel „Feuer, Wasser, Blitz“ können dahingehend auch variiert werden, dass die Lehrkraft statt dem Zuruf des Kommandos, eine entsprechend farbige Karte hochhält oder per Handzeichen/Gebärde das Kommando erteilt. Der Nebeneffekt ist, dass die Kinder ihre Sinne schärfen und sich im Wasser mehr zur Lehrkraft orientieren.



Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Diagnostik

Eine fundierte Diagnostik bildet die Grundlage für jeden zielgerichteten und individuell angepassten Schwimmunterricht – insbesondere im Förderschulkontext. Sie ermöglicht es, den aktuellen Leistungsstand, motorische Voraussetzungen und mögliche Ängste oder Unsicherheiten der Lernenden zu erfassen. Auf Basis dieser Eingangsbeobachtungen können Lernziele präzise formuliert, geeignete Methoden ausgewählt und passende Gruppen (z. B. Schwimmer*innen/Nichtschwimmer*innen) gebildet werden (Fokken et al., 2022).

Am selben Institut wurde im Rahmen eines weiteren Forschungsprojekts ein systematischer Zugang zur **Erstanalyse und spezifischen Diagnostik im Schwimmunterricht** entwickelt. Dieses Projekt beschäftigt sich mit praxisnahen Beobachtungs- und Einschätzungsinstrumenten, die Lehrkräfte dabei unterstützen, individuelle Förderbedarfe im Wasser frühzeitig zu erkennen und gezielt darauf einzugehen.

Die nachfolgenden Auszüge aus diesem Projekt stellen ausgewählte Instrumente, Beobachtungskriterien, einen Diagnosebogen als Druckvorlage und Hinweise für die Anwendung im Unterricht vor und sollen zur Orientierung und professionellen Unterrichtsplanung im Schwimmen beitragen.

Die folgenden Inhalte stammen aus der Eulenpost, die über folgenden Link abrufbar ist:

<https://www.dieeuleunddasschwimmen.de/>

Was ist der Unterschied zum „Schulschwimmpass NRW“?

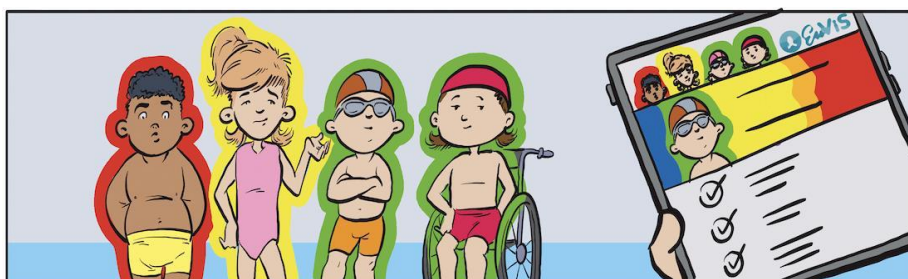
- ➔ Während die *Diagnostik* **vor** der Unterrichtsplanung stattfindet und zur **Erstanalyse** der schwimmerischen Fähigkeiten dient, ist der *Schulschwimmpass* NRW „als **Dokumentation** der Schwimmkompetenz von Schülerinnen und Schülern“ gedacht und so „wird die erbrachte Leistung der Kinder entsprechend gewürdigt“ (Schulsport NRW). Die Niveaustufen des Schulschwimmpasses sind nicht deckungsgleich mit dem Farbcode der Schwimmerischen Grundbildung und ersetzen keinesfalls eine Erstanalyse – sie sind als „Instrument der Dokumentation“ zu verstehen.

<https://www.schulsport-nrw.de/schwimmfoerderung/schulschwimmpass-nrw.html>



EulenSTUNDE

In der **Eulenstunde** (in der Regel ist das die erste und/oder zweite Stunde des Schwimmunterrichts) wird mithilfe von zwei elementaren Testaufgaben (**Taucher & Seestern**) sowie der „**Blauen Bahn**“ eine erste Lernstandsanalyse durchgeführt. Mithilfe dieser Erstdiagnostik kann die Lerngruppe in bis zu vier Gruppen (**rot, gelb, grün, blau**) unterteilt werden. Eine vertiefte Lernstandsanalyse erfolgt im weiteren Verlauf auf Basis dieser Erstdiagnostik durch ausgewählte Testaufgaben aus dem ABAS (Assessment of Basic Aquatic Skills; Staub & Vogt, 2020).



Es gibt verschiedene Möglichkeiten die **Eulenstunde** durchzuführen. Die Durchführung hängt u.a. von den räumlichen und personellen Gegebenheiten ab, aber auch vom Alter der Lernenden. Eine konkrete Vorgabe gibt es nicht. Letztlich ist entscheidend, dass es gelingt, die notwendigen Informationen zusammenzutragen und zu dokumentieren. Nachfolgend werden einige Durchführungsbeispiele vorgestellt.

A: Die Eule als Beobachterin (Einbindung der Diagnostik in eine **Geschichte**)

Den Schüler*innen wird nicht verborgen bleiben, dass sie in dieser Stunde besonders beobachtet werden, da eine Dokumentation vorgenommen wird. Entsprechend sollten die Schüler*innen über den Ablauf sowie den Sinn und Zweck der Eulenstunde informiert werden. Bei jüngeren Schüler*innen kann für den Einstieg z.B. folgende „Geschichte“ genutzt werden:

Eulen können fliegen und sehr gut sehen, sogar im Dunkeln. Aber sie können nicht schwimmen. Und sie können es auch nicht lernen, denn ihre Federn sind nicht wasserdicht und ihre Eulenkralen sind nicht geeignet, um Antrieb zu erzeugen.

Menschen können im Dunkeln nicht besonders gut sehen, wir können nicht fliegen und normalerweise können wir nicht einfach so losschwimmen. Aber im Gegensatz zur Eule können wir Schwimmen lernen. Dazu müssen wir verstehen, wie wir uns im Wasser verhalten müssen, um z.B. an der Wasseroberfläche zu bleiben oder tief abzutauchen oder schnell ans gegenüberliegende Ufer zu schwimmen.

*Und weil die Eule nicht schwimmen lernen, dafür aber ganz besonders gut sehen kann, wird sie heute einmal genau hinschauen, was ihr denn schon so könnt und was ihr noch lernen solltet, damit ihr zu guten Schwimmer*innen werdet...*

Nach dieser Einleitung könnte die **Eulenstunde** wie folgt ablaufen:

Alle Lernenden...

- steigen/gehen ins Wasser hinein und „benetzen“ ihren Körper mit Wasser.
- laufen durch das Wasser und berühren zügig alle vier Beckenränder (bzw. Grenzen der zugewiesenen Wasserfläche) bevor sie sich dann wieder am Ausgangspunkt auf den Rand (bzw. die Treppe) setzen.
- laufen kreuz und quer durch das Wasser und „schlagen mit den Flügeln“, um Spritzer zu erzeugen.
- formen mit ihren Armen eine „Waschschüssel“ vor dem Körper und tauchen das Gesicht hinein bzw. je nach Können nur Kinn, Mund, Nase. Dabei kann schon ins Wasser „geblubbert“ werden.
- tauchen an der Hand eines*r anderen Lernenden (oder Lehrkraft) vollständig unter Wasser (**Testaufgabe Taucher**).
- tauchen ohne Handfassung vollständig unter.
- lösen mit Handfassung am Beckenrand die Füße vom Boden und hangeln am Beckenrand entlang.
- legen mit Handfassung am Beckenrand das Gesicht ins Wasser, lösen die Füße vom Boden und strecken diese nach hinten weg (ggf. Handfassung lösen).
- legen mit Handfassung eines*r anderen Lernenden (oder der Lehrkraft) das Gesicht ins Wasser, lösen die Füße vom Boden lösen und bleiben als Seestern etwa fünf Sekunden ruhig liegen.
- bringen sich selbstständig aus dem Stehen in die Seesternposition in Bauchlage und bleiben dort etwa fünf Sekunden ruhig liegen bleiben (**Testaufgabe Seestern**).



B: Sonne, Welle, Kokosnuss (Einbindung der Diagnostik in ein einfaches Spiel)

Die Diagnostik kann mithilfe einer Spielvariante von „Feuer, Wasser, Blitz“ durchgeführt werden. Auf Zuruf (oder besser durch hochhalten einer farbigen Bildkarte) sollen die Aufgabenstellungen zügig bewältigt werden.

- Sonne:** Die Lernenden legen sich in Bauchlage oder Rückenlage „auf ihr Handtuch am Strand“ und absolvieren auf diese Weise die Aufgabe „Seestern“.
- Welle:** Die Lernenden setzen sich auf den Beckenrand und erzeugen durch Bewegungen ihrer Beine „Wellen“. Hier können Lernende identifiziert werden, die Spritzwasser scheuen.
- Kokosnuss:** Die Lernenden tauchen vollständig ab, um nicht „von einer herabfallenden Kokosnuss“ am Kopf getroffen zu werden und absolvieren auf diese Weise die Aufgabe „Taucher“.

Für mehr Bewegung im Wasser und zur besseren Übersicht für die Dokumentation ist es hilfreich, für das Absolvieren der verschiedenen Aufgabenstellungen je einen Beckenrand festzulegen. Die Aufgabe „Taucher“ darf z.B. ohnehin auch mit Festhalten durchgeführt werden. Die Zuordnung zum jeweiligen Beckenrand kann durch die Kombination aus farbigen Bildkarten und gleichfarbigen Markierungshütchen verdeutlicht werden. Die Zeit zwischen den Kommandos kann von den Schüler*innen zum freien Bewegen im Wasser genutzt werden, es können aber auch Bewegungsformen vorgegeben werden, um z.B. weitere Informationen zu erhalten.



C: Stationsbetrieb (Einbindung der Diagnostik in einen definierten Ablauf)

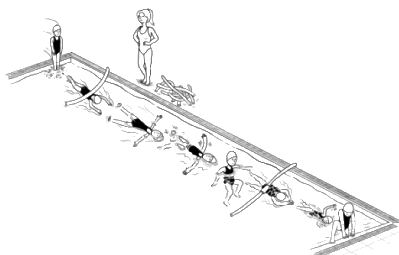
Die Aufgaben „**Taucher**“ und „**Seestern**“ werden in einen Stationsbetrieb eingebettet, den die Schüler*innen reihum durchlaufen. Die Stationen sind mit selbsterklärenden Aufgabenkarten versehen, damit sich die Lehrkraft auf die Diagnostik an den beiden Teststationen konzentrieren kann. Die verschiedenen Stationen bieten bestenfalls immer schon die Möglichkeit zur Differenzierung (z.B. Station mit der Aufgabe sich gegenseitig mit zu begießen und/oder gemeinsam unterzutauchen, etc.), um alle Schüler*innen während der Durchführung der Diagnostik sinnvoll zu beschäftigen.



D: Testung & freies Spiel (klassische Testdiagnostik)

Während die Lerngruppe in einem definierten Teil des Beckens (frei) spielen darf, werden die Schüler*innen einzeln, paarweise oder in Kleingruppen in einem anderen Bereich aufgefordert, die beiden Testaufgaben „**Taucher**“ und „**Seestern**“ durchzuführen.

Blaue Bahn



Die „**Blaue Bahn**“ absolvieren jene Schüler*innen, die die Aufgaben „**Taucher**“ und „**Seestern**“ im stehetiefen Wasser problemlos absolviert haben und auf sich auf Nachfrage zutrauen, eine Bahn im tiefen Becken zu schwimmen. Die verschiedenen Aufgaben werden im Vorfeld mithilfe der Bildkarten erläutert.

Die Frage, wer sich die „**Blaue Bahn**“ zutraut, kann auch schon zu Beginn der Eulenhunde gestellt werden. Schüler*innen, die dies bejahen, absolvieren die Aufgaben im Lehrschwimmbekken nicht, sondern starten direkt mit dem Versuch die „**Blaue Bahn**“ zu bewältigen. Kommt es hier zu Unsicherheiten, kann im Anschluss die Testung von „**Taucher**“ und „**Seestern**“ im Lehrschwimmbekken erfolgen.



Steht kein Sportbekken zur Verfügung, werden Schüler*innen, die die Aufgaben „**Taucher**“ und „**Seestern**“ problemlos bewältigen zunächst der Stufe grün zugeordnet und mithilfe der zugeordneten ABAS-Tests vertiefend analysiert (z.B. Drehung um Körperlängsachse, rhythmisches Atmen, etc.).

Die „Blaue Bahn“ ist ein Diagnoseinstrument zur Überprüfung der Schwimmfähigkeit (im Tiefwasser) und wird genutzt, um zu überprüfen, ob ein Kind aus den Schwimmenlernen-Gruppen in eine Gruppe wechseln kann, die im Tiefwasser unterrichtet wird. Für die Blaue Bahn sind folgende Aufgaben zu absolvieren:

DIE EULE & DAS SCHWIMMEN

mehrteiliger Tiefwassertest BLAUE BAHN

- 1 **Sprung ins Wasser:** Kopf- oder Fußsprung, Kopf wird vollständig unter Wasser genommen, kein Zuhalten von Nase und/oder Mund
- 2 **Untertauchen von Hindernis 1:** hindurchtauchen (tief genug) ohne am Hindernis hängen zu bleiben
- 3 **Seestern in Rückenlage:** etwa 5 Sekunden in RL (entspannt) liegen, die Ohren vollständig eingetaucht, Beine dürfen leicht absinken
- 4 **ca. 10m Schwimmen in Rückenlage:** Vortrieb in RL mit Beinen und/oder Armen, keine spezielle Rückenschwimmtechnik nötig
- 5 **Wassertreten:** etwa 5 Sekunden Wassertreten auf der Stelle, Herausheben eines Arms möglich ohne stark abzusinken
- 6 **Untertauchen von Hindernis 2:** hindurchtauchen (tief genug) ohne am Hindernis hängen zu bleiben
- 7 **ca. 10m Schwimmen in Bauchlage:** Vortrieb in BL mit Beinen und/oder Armen, keine spezielle Kraul- oder Brustschwimmtechnik nötig
- 8 **Ausstieg:** zügiges Hinausklettern über den Beckenrand ohne Hilfe (z.B. durch Leiter)

Ein Video der Blauen Bahn ist unter <https://youtu.be/FM6wcchlzHs> zu finden.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Umgang mit Wasserstarter*innen

Der Begriff „Wasserstarter*innen“ bezeichnet in dieser Handreichung Kinder, die entweder das Wasser aus unterschiedlichen Gründen nicht betreten möchten oder können oder nicht sicher im und am Wasser sind. Sie befinden sich in einer frühen Phase der Wassergewöhnung und sind damit noch vor dem eigentlichen Schwimmenlernen einzuordnen. Sie haben das Schwimmen (noch) nicht begonnen aber der Begriff Nichtschwimmer*innen wird vermieden, da er den Entwicklungsprozess und die individuellen Herausforderungen nicht ausreichend abbildet. Der Begriff Wasserstarter*innen betont stattdessen wertschätzend den Einstieg in die Welt des Wassers mit einem Fokus auf Vertrauen, Mut und erste positive Erfahrungen.

In diesem Template sind:

- Hinweise für die Lehrkraft im Umgang mit Wasserstarter*innen im Unterricht
- Hinweise, die eine Lehrkraft den Eltern für zu Hause geben kann
- Mut-Schritte-Karten



Tipps für die Lehrkraft:

Es wird regelmäßig Kinder in einer Lerngruppe geben, die das Wasser aus unterschiedlichen Gründen (z.B. Angst, traumatische Erfahrung, Scham, gesundheitliche Aspekte etc.) gar nicht betreten wollen. Grundsätzlich sollten Sie versuchen, Vertrauen aufzubauen, die Kinder langsam an das Medium Wasser zu gewöhnen, ihre Selbstwirksamkeit zu stärken und viel Lob für Mut und nicht die Leistung auszusprechen. Folgende Auflistung zeigt Ideen für den Umgang mit diesen Schüler*innen:

- Kinder am Beckenrand einbinden: Die Kinder sollen das Wasser kennenlernen – aber mit dem Boden unter den Füßen. Sie können mit den Füßen oder Händen im Wasser plantschen, die Hände eintauchen und etwas ins Wasser „malen“, das Gesicht mit Wasser benetzen, den Beckenrand erkunden, ins Wasser pusten und sich ggf. abdschen. Utensilien, wie Becher, kleine Gießkannen, Waschlappen etc. unterstützen in diesem Prozess.
- Wassergewöhnung in Mini-Schritten: Die Ziele sollen klein und erreichbar sein, sodass Selbstvertrauen aufgebaut werden kann. Die Kinder können mit den Füßen auf der Treppe sitzen, die Beine eintauchen, das Wasser mit den Händen berühren, Wasser auf die Arme/Gesicht träufeln, auf einer tieferen Treppenstufe stehen oder die Brusthöhe erreichen. Jeder Schritt ist ein Fortschritt und es sollten keine Vergleiche mit anderen Kindern stattfinden.
- Eigene Aufgabe geben: Das Kind sollte involviert sein, um die Zugehörigkeit zu stärken. Hierzu kann das Kind Aufgaben wie das Erklären von Übungen übernehmen, Material verteilen, Techniken beobachten oder eine Assistenz der Schwimmlehrkraft sein. (Ideen hierzu: [Dienste](#) und [Aufgaben für passive Kinder](#))
- Spiele & Rituale: Der Umgang mit dem Wasser soll bestenfalls freudvoll sein. Dafür bietet es sich an, dass die Abläufe ritualisiert sind und Spiele den Zugang erleichtern können.
- Peer-Learning mit Patenkindern: Vertraute Mitschüler*innen können als „Wasserfreund*in“ fungieren und gemeinsam eine Aufgabe erfüllen. Das „Peer-Kind“ zeigt eine Übung und das andere Kind macht sie am Beckenrand oder im Wasser nach. Dabei sollten keine Vergleiche stattfinden. Es ist eher als Einladung für das Kind gedacht, welches nicht ins Wasser möchte.
- Zusammenarbeit mit Eltern suchen: Um den Lernprozess des Kindes bestmöglich zu fördern, kann die Kommunikation mit den Eltern unterstützend wirken. Man könnte die Eltern bitten, mit dem Kind in einem öffentlichen Schwimmbad üben zu gehen – ganz ohne Zwang. Eine weitere Idee wäre, dass das Kind ein eigenes kleines Spielzeug (z.B. eine Tauchfigur) mitnehmen kann.



Tipps für die Eltern:

Allgemein:

- Spielerisch üben
- Wertschätzung zeigen
- Wiederholungen schaffen Sicherheit
- Eigenkontrolle geben – Kind darf selbst dosieren

Badewanne:

- Gemeinsam Wasser über Hände, Arme, Schultern gießen
- Mit Gießkanne oder Becher über den Kopf gießen (selbst oder sich gegenseitig)
- Gesicht ins Wasser legen lassen und ggf. dabei pusten/blubbern
- Spiel „Wasche das Tier“ mit Gummitieren oder Figuren
- „Fische tauchen ab“: Spielzeug untertauchen lassen und wieder herausholen
- Kind hält Gesicht ins Wasser und schaut sich Gegenstände an oder „Finger zählen“ von jemand anderem
- Singen von z.B. „Alle meine Entchen“ als Ritual

Garten:

- Barfuß durch den Rasensprenger laufen
- Mit Gießkanne über Beine, Rücken oder Schultern gießen
- Pfützen machen und reinspringen
- Wasserzielspiel: Becher mit Wasser füllen und Ziel treffen
- In kleinem Schwimmbecken spielen

Dusche:

- Duschkopf einsetzen, um Wetter zu simulieren (leichter/starker Regen, Sturm)
- Wie viele Sekunden halten wir die Füße/Arme/Gesicht unter den Strahl?
- Was hast du mit dem Wasser auf den Rücken gemalt?

Alltagsspiele:

- „Schaumfiguren“ mit Duschgel oder Seife malen
- Wasserfarben auf Fensterscheibe oder Fliesen malen
- Warm-Kalt Spiel mit Eimern: „Welches Wasser ist wärmer?“
- Wasser-Staffel: Wasser mit Schwamm von einem Gefäß ins Andere transportieren

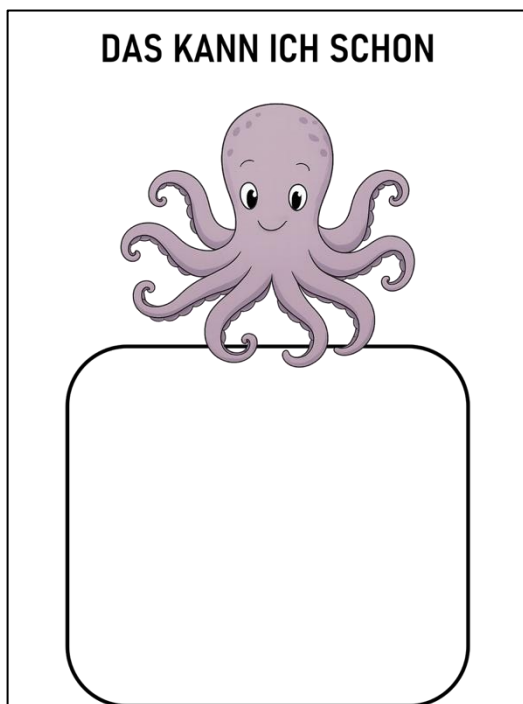


Mut-Schritte-Karten:

Um die Kinder, die sich nicht oder wenig ins Wasser trauen, zu ermutigen und den Lernprozess zu betonen, bieten sich die sogenannten Mut-Schritte-Karten an. Sie machen den Fortschritt kleinschrittig sichtbar, sind individuell und wertschätzend.

Beispiele für kleine mutige Schritte wären:

- Ich habe das Wasser mit der Hand berührt.
- Ich habe mit den Füßen im Wasser geplantscht.
- Ich bin mit den Füßen auf die erste Treppenstufe gegangen.
- Ich habe bis zum Bauch im Wasser gestanden.
- Ich war eine ganze Übung lang mit im Wasser.
- Ich habe mein Gesicht kurz ins Wasser getaucht.
- ...



Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Verlaufsplan

Dieser Stundenverlaufsplan dient als unausgefüllte Vorlage und bietet ein Beispiel dafür, wie sich eine Unterrichtsstunde im Schwimmunterricht strukturieren lässt. Er kann individuell an die jeweiligen Inhalte, Lernziele und Rahmenbedingungen angepasst werden. Die Vorlage unterstützt eine klare Planung und hilft dabei, den Ablauf der Schwimmstunden systematisch und zielgerichtet zu gestalten.

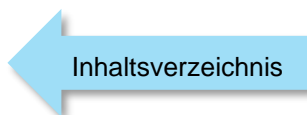
Geplanter Stundenverlauf

Klasse:		Lernziel:	Die S*S ...
Tag & Zeit:		Teillernziele:	Die S*S... •
Thema der Stunde:			
Gruppengröße:			
Kinder mit Förderbedarf:			

Zeit	Phase	Inhalt	Durchführung	Medien/Material	Didaktisch-methodischer Kommentar	Wer macht was?

© 2025 Vogel & Feger

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

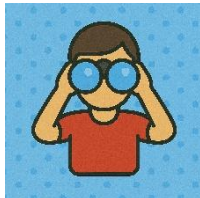


Aufgaben Passive

Im Schwimmunterricht gibt es regelmäßig Kinder, die aus verschiedenen Gründen nicht aktiv am Unterricht teilnehmen können. Für die sogenannten passiven Kinder ist es besonders wichtig, ihre Sicherheit jederzeit zu gewährleisten und ihnen sinnvolle Arbeitsaufträge zu geben, die sie außerhalb des Wassers beschäftigen (Fokken, 2022). Gleichzeitig soll auch ihr Lernfortschritt unterstützt werden, damit sie am Unterrichtsgeschehen bestmöglich teilnehmen und gefördert werden können. Um dies zu gewährleisten, bieten sich unterschiedliche Aufgabenformate an.

Im Folgenden werden verschiedene Arten von Aufgaben vorgestellt, die sich für passive Kinder im Schwimmunterricht eignen:

Beobachtung



Die Schüler*innen beobachten gezielt das Unterrichtsgeschehen und achten dabei z.B. auf bestimmte Bewegungsabläufe oder Abläufe im Wasser.

Beispiele:

Technik-Beobachtung

Die Kinder beobachten eine bestimmte Schwimmart und achten gezielt auf Arm- oder Beinbewegungen, Atmung oder Körperspannung (je nach Bewegungsaufgabe).

Vergleich zweier Techniken oder Ausführungen

Die Kinder vergleichen zwei Schüler*innen bei der gleichen Übung und notieren Gemeinsamkeiten oder Unterschiede in der Bewegungskörperausführung.

Regelbeobachtung/-dienst

Die Kinder achten darauf, ob die [Schwimmregeln](#) eingehalten werden und sagen der Lehrkraft bei Verstößen Bescheid.

Stationen oder Übungen zählen

Die Kinder zählen, wie oft bestimmte Übungen gemacht oder wie viele Bahnen geschwommen wurden.

Zeit messen

Die Kinder stoppen mit einer Uhr die Zeit für einzelne Übungen.



Schreibaufgabe



Die Schüler*innen bearbeiten eine schriftliche Aufgabe zum Thema Schwimmen, z. B. mit Bezug zu Techniken, Regeln oder Abläufen.

Beispiele:

Bewegungsphasen skizzieren

Je nach Alter können die Kinder Bewegungsphasen der Schwimmtechniken zeichnerisch oder schriftlich festhalten.

Regelaufgabe

Die Kinder notieren die Sicherheitsregeln, die im Schwimmbad beachtet werden müssen.

Feedbackbogen

Die Kinder beobachten eine Person genau und schreiben auf, was gut funktioniert hat und was verbessert werden könnte.

Designaufgabe

Die Kinder erhalten ein Arbeitsblatt auf dem sie verschiedene Gegenstände aus dem Schwimmunterricht selbst designen können.

Packliste

Die Kinder erhalten ein Ausmalbild auf dem alle Gegenstände, die in die Schwimm Tasche gehören, ausgemalt werden sollen.



Experiment



Die Schüler*innen führen eine Aufgabe durch, bei der sie z.B. eine Beobachtung oder Vermutung zum Thema Schwimmen überprüfen und dokumentieren.

Beispiele:

Auftrieb testen

Die Schüler*innen legen verschiedene Gegenstände (z. B. Schwimmbrille, Ball, Stein) ins Wasser und beobachten, welche davon schwimmen oder sinken. Vorher dokumentieren sie ihre Vermutungen und nachher ihre Ergebnisse.

Luft anhalten unter Wasser

Die Kinder können messen, wie lange ihre Mitschüler*innen unter Wasser die Luft anhalten können, und vergleichen die Zeiten mit unterschiedlichen Aufgaben (zappeln, blubbern, still liegen usw.).



Helfer*in



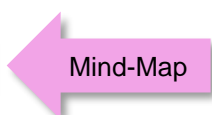
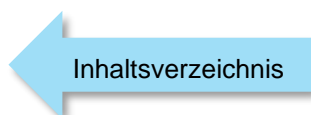
Die Schüler*innen übernehmen eine für die Lehrkraft unterstützende Rolle und sollen z.B. Mitschüler*innen gezieltes Feedback geben.

Beispiele:

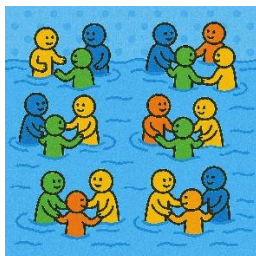
Feedback geben

Sie beobachten eine Person genau und geben ihr anschließend eine kurze Rückmeldung zur Ausführung der Aufgabe.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Unterrichtsphasen



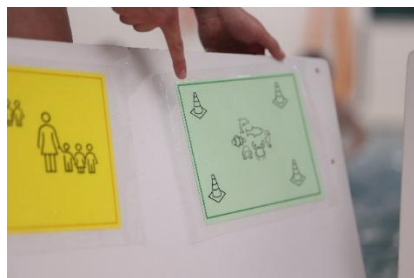
Der Unterricht kann grob in drei Phasen strukturiert werden: Einstieg, Erarbeitung, Sicherung/Anwendung/Transfer.

Im Schwimmunterricht bietet es sich an, dass es eine (gemeinsame) Begrüßung gibt, die Kinder danach in ihren Gruppen (Gruppeneinteilung/Diagnostik) unterrichtet werden, die sogenannte Gruppenphase, und schließlich ein Abschluss erfolgt.

Visualisierungen vereinfachen die Transparenz der Unterrichtsstruktur. Daher finden Sie folgende Vorlagen, um den Stundenverlauf sichtbar zu machen. Die drei Phasen lassen sich dann individuell mit den Abbildungen der Einstiege, Organisations- und Sozialformen, sowie Abschlüsse ergänzen und wöchentlich beliebig austauschen.

Es bietet sich an, dass man die Abbildungen laminiert bereithält und entweder an einer Tafel oder einer Wand am Beckenrand platziert. Hierfür wird keinerlei Material benötigt, da laminierte Karten im nassen Zustand an Wänden oder Tafeln von allein haften bleiben.

Als mobile Alternative ist es möglich, dass man aus einem Brett aus dem Baumarkt eine kleine transportable Tafel erstellt, die man dann beliebig am Beckenrand positionieren kann.



Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Mind-Map](#)

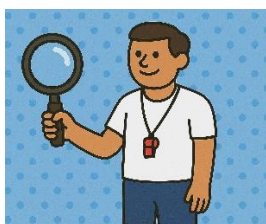


Stundenbeginn

Der Beginn einer Unterrichtsstunde ist wichtig für den weiteren Ablauf und den Lernerfolg der Schüler*innen. Je nach Zielsetzung und Rahmenbedingungen kann der Einstieg unterschiedlich gestaltet werden:

- Begrüßung und Unterrichtsverlauf darstellen
- Diagnostik des individuellen Leistungsstands
- freies Spielen
- gemeinsame Aufwärmübungen
- selbstständiges Einschwimmen
- gemeinsames Begrüßungsspiel
- Wiederholung von Übungen

Beispielhafte Visualisierungen:



Hinweis:

Eine einfache Möglichkeit, Schülerinnen und Schüler stärker in den Unterricht einzubeziehen, besteht darin, sie an der Auswahl von Anfangs- oder Abschlussspielen zu beteiligen. Dazu können beispielsweise drei unterschiedliche Spiele vorgeschlagen werden, aus denen die Kinder gemeinsam wählen. Die Entscheidung kann unkompliziert per Handzeichen oder Mehrheitsentscheidung getroffen werden. Die Spiele variieren wöchentlich. Durch diese Form der **Mitbestimmung** erleben die Kinder, dass ihre Meinung berücksichtigt wird, was die Motivation erhöhen und die aktive Beteiligung am Unterricht fördern kann. Gleichzeitig unterstützt dieses Vorgehen einen iterativen Lehrstil: Die Lehrkraft kann auf Interessen, Rückmeldungen und Dynamiken in der Lerngruppe reagieren und den Unterricht entsprechend gestalten.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

[Inhaltsverzeichnis](#)

[Mind-Map](#)



Gruppenaufteilung

Wie Gruppen zusammengesetzt werden, hat großen Einfluss auf das Lernklima und den Lernerfolg. Besonders im Schwimmunterricht ist eine Einteilung nach dem Leistungsstand – zum Beispiel in Schwimmer*innen und Nichtschwimmer*innen – auf Basis einer [Eingangsdiagnostik](#) unerlässlich (Fokken et al., 2022). Daraus ergeben sich häufig sehr heterogene Gruppen.

Aber auch darüber hinaus lohnt es sich, Gruppen immer wieder neu zusammenzustellen – etwa für Spiele, Kooperationsübungen oder Kleingruppenarbeit. Dafür gibt es viele einfache und kreative Methoden, die Abwechslung bringen und gleichzeitig soziale Kompetenzen fördern (Zeuner, 2010).

Umgang mit heterogenen Gruppen:

Ziel des Unterrichts sollte es sein, allen Kindern Lernfortschritte zu ermöglichen, ohne einzelne Gruppen zu über- oder unterfordern. Die folgenden Hinweise können helfen, mit dieser Heterogenität konstruktiv umzugehen.

1. Ressourcen der Lerngruppe nutzen

Die unterschiedlichen Fähigkeiten der Kinder können bewusst als Ressource genutzt werden. Sicherere Schwimmerinnen und Schwimmer können beispielsweise bei Partner*innenaufgaben unterstützen, Bewegungen vormachen oder bei einfachen Übungen Orientierung geben. Wichtig ist dabei, dass die Lehrkraft weiterhin die Verantwortung für Anleitung und Sicherheit behält.

2. Gemeinsame und getrennte Phasen kombinieren

Ein bewährtes Vorgehen ist der Wechsel zwischen gemeinsamen und differenzierten Unterrichtsphasen.

Gemeinsame Phasen eignen sich besonders für Rituale, Aufwärmspiele, Sprung- oder Tauchaufgaben sowie kurze Bewegungsimpulse.

Differenzierte Phasen ermöglichen es, gezielt an unterschiedlichen Lernständen zu arbeiten (z. B. Wassergewöhnung und Gleiten im flachen Wasser für Nichtschwimmer*in, Technik- oder Ausdaueraufgaben für Schwimmer*in).

3. Umgang mit Kindern im Übergangsbereich

Viele Kinder befinden sich zwischen Nichtschwimmen und sicherem Schwimmen. Für diese Gruppe ist es sinnvoll, flexible Aufgabenstellungen anzubieten.

Beispiele:

- kurze Schwimmstrecken mit Pause
- nah am Beckenrand schwimmen
- Wechsel zwischen Übungsformen im flachen und im tieferen Wasser



4. Differenzierte Aufgaben innerhalb einer Übung

Viele Aufgaben lassen sich in unterschiedlichen Schwierigkeitsstufen anbieten.

Beispiele:

Springen:

- Sprung vom Beckenrand ins flache Wasser
- Paketsprung oder Hocksprung
- Strecksprung oder Sprung mit Drehung für geübtere Kinder
- Sprungtürme

Tauchen:

- Gegenstände im flachen Wasser aufheben
- Treppenstufen als Etappenziele nutzen
- durch einen Reifen tauchen
- kurze Tauchstrecken im tieferen Wasser

5. Klare Organisation im Wasser

Bei heterogenen Gruppen hilft eine klare Struktur:

- feste Bereiche im Becken für unterschiedliche Aufgaben
- klare Start- und Sammelpunkte
- kurze und verständliche Arbeitsaufträge

Ideen zur Gruppeneinteilung:

Diagnostik



Die Gruppeneinteilung erfolgt auf Basis einer vorherigen Lernstanddiagnostik durch die Lehrkraft. Die Schüler*innen werden darauf basierend in möglichst homogene Gruppen eingeteilt.

Abzählen



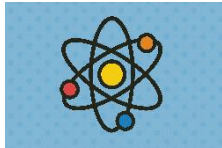
Die Schüler*innen werden der Reihe nach durchgezählt. Alle mit der gleichen Zahl bilden eine Gruppe (z.B.: 1,2,1,2.../1,2,3,1,2,3...).



Alternativ zum klassischen Zählen können auch Tiere statt Zahlen genutzt werden (Hase, Schildkröte, Hase, Schildkröte...).



Atomspiel



Beim Atomspiel bewegen sich alle Schüler*innen frei im Raum. Auf ein akustisches Signal (z. B. „Atom Stopp!“) nennt die Lehrkraft eine Zahl. Die Schüler*innen bilden dann so schnell sie können Gruppen in dieser Größe. Variante: Die Lehrkraft gibt vor welche und wie viele Körperteile pro Gruppe den Boden berühren dürfen (z.B. 2 Hände, drei Füße).

Karten ziehen



Alle Schüler*innen ziehen verdeckt jeweils eine Spielkarte und finden sich anschließend in Gruppen mit denjenigen zusammen, die die gleiche Karte gezogen haben. Tipp: Es gibt wasserfeste Uno-Karten.

Freunde zusammen



Die Schüler*innen dürfen sich zunächst zu zweit als Freund*innen zusammenschließen. Dann soll eins der beiden Kinder abtauchen. Alle abgetauchten Kinder bilden eine Gruppe und die restlichen Kinder bilden eine zweite Gruppe. Diese Art der Gruppeneinteilung hat beim ersten Mal den größten Effekt.

Team Shake



Die Gruppen werden mithilfe eines digitalen Zufallsgenerators wie „Teamshake“ gebildet, um eine schnelle und zufällige Einteilung zu ermöglichen.

Gruppenpuzzle



Die Schüler*innen werden in Expertengruppen eingeteilt. Jede Gruppe bekommt ein eigenes Thema, das sie bearbeiten. Danach treffen sich die Gruppen, mischen sich neu, und in den neuen Gruppen erklären die Expert*innen ihren Mitschüler*innen ihr Thema.

Lose ziehen



Die Schüler*innen ziehen nacheinander ein Los aus einem Behälter. Auf den Losen stehen zum Beispiel Zahlen, Farben oder Symbole. Wer das gleiche Los gezogen hat, bildet zusammen eine Gruppe.



Schnick Schnack Schnuck



Die Schüler*innen spielen Schnick Schnack Schnuck gegeneinander, und die Gewinner*innen und Verlierer*innen bilden jeweils eine Gruppe.

Obstsalat/Vier Ecken



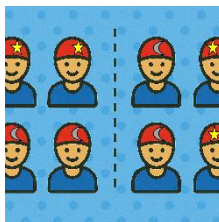
Im Becken wird jeder Ecke z.B. eine Obstsorte/Fußballverein o. ä. zugeordnet. Die Lehrkraft stellt eine dazugehörige Frage (z.B. Was ist dein/e Lieblings...) Die Schüler*innen laufen entsprechend ihrer Antwort in die jeweilige Ecke. Je nachdem wie die Verteilung ist, können Ecken zusammengelegt oder aufgeteilt werden. Diese Aufteilung kann mit jeder beliebigen Kategorie abgewandelt werden (Farben, Sportart, Film, Tiere, Held*innen...).

Namenskärtchen



Die Lehrkraft bereitet Kärtchen mit den Namen der Schüler*innen vor und teilt sie gezielt oder zufällig zur Gruppeneinteilung aus.

Partner*in mit selbem Niveau zusammen, dann trennen



Die Schüler*innen sollen sich zunächst in möglichst homogenen 2er-Gruppen zusammenfinden. Danach finden sie sich mit einem anderen Pärchen zusammen und teilen sich so auf, dass zwei neue Pärchen entstehen.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map



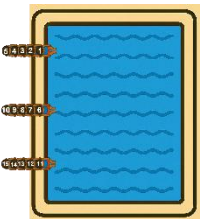
Sozialformen

Im Unterricht ist es wichtig, immer wieder zwischen verschiedenen Sozialformen zu wechseln – zum Beispiel zwischen Frontalunterricht, Partner*innen- oder Gruppenarbeit. So bleibt der Unterricht abwechslungsreich, und alle Schüler*innen bekommen die Chance, auf ihre eigene Art zu lernen. Durch den gezielten Einsatz unterschiedlicher Sozialformen können Lehrkräfte auf verschiedene Lerntypen eingehen, Inklusion fördern und besser differenzieren (Mitchell et al., 2017).

Stammplätze



Die Zeit auf den Wärmebänken, am Beckenrand oder im Wasser auf den einzelnen Bahnen kann durch das Zuteilen von Stammplätzen organisiert werden. Dazu erhält jedes Kind zu Beginn des Halbjahres eine Zahl oder einen Buchstaben und bekommt den jeweiligen Platz zugeteilt. Für die folgenden Schwimmstunden gelten diese Plätze vergleichbar zu einer Sitzordnung im Klassenzimmer.



Jedes Kind kann sich merken, welche beiden Mitschüler*innen links und rechts oder vor und hinter ihr oder ihm sind.

Freiarbeit



Die Schüler*innen wählen selbstständig aus verschiedenen angebotenen Übungen oder Stationen. Sie entscheiden eigenverantwortlich, was sie üben, in welchem Tempo und in welcher Reihenfolge. Die Lehrkraft begleitet den Prozess, gibt Hilfestellungen und beobachtet den Lernfortschritt (Ohlendorf & Staub, 2020; Vanderliik et al., 2022).

Frontalunterricht



Die Lehrkraft erklärt oder demonstriert die Inhalte vor der gesamten Lerngruppe. Die Schüler*innen hören zu, beobachten und führen die Übung anschließend gemeinsam oder nacheinander aus.



Einzelarbeit



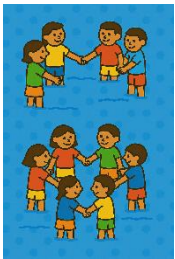
Die Schüler*innen arbeiten einzeln an einer Aufgabenstellung.

Partner*innenarbeit



Die Schüler*innen werden in 2er-Gruppen unterteilt und arbeiten paarweise an einer Aufgabenstellung.

Kleingruppenarbeit



Die Schüler*innen werden in kleine Gruppen unterteilt und arbeiten gemeinsam an einer Aufgabenstellung.

Tipp:

Zur anschaulichen Darstellung individueller Szenarien im Schwimmbad eignen sich 3D Visualisierungen beispielsweise mit Playmobil-Figuren.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Organisationsformen

Für die Organisation des Schwimmunterrichts, insbesondere dem laufenden Schwimmbetrieb, ergeben sich je nach zur Verfügung stehenden Wasserflächen unterschiedliche Möglichkeiten.

Hier finden sich auch Ideen, wie man ausdauerndes Schwimmen auf unterschiedliche Art und Weise gestalten kann.

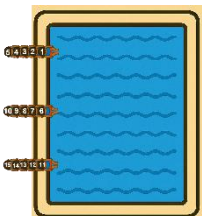
Schwimmen ohne Unterbrechungen

Die Kinder schwimmen eine vorgegebene Zeit oder eine vorgegebene Strecke ohne Unterbrechungen und verweilen dabei im Wasser. Diese Organisationsform kann als Rotation, durch Nummerierung der Bahnen oder mit Stammpätzen (ggf. auch andere Systeme) erfolgen.

Stammpätze

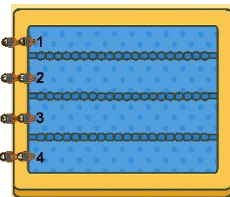


Die Zeit auf den Wärmebänken, am Beckenrand oder im Wasser auf den einzelnen Bahnen kann durch das Zuteilen von Stammpätzen organisiert werden. Dazu erhält jedes Kind zu Beginn des Halbjahres eine Zahl oder einen Buchstaben und bekommt den jeweiligen Platz zugeteilt. Für die folgenden Schwimmstunden gelten diese Plätze vergleichbar zu einer Sitzordnung im Klassenzimmer.



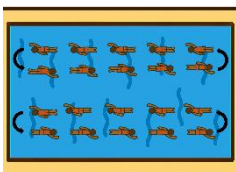
Jedes Kind kann sich merken, welche beiden Mitschüler*innen links und rechts oder vor und hinter ihr oder ihm sind.

Nummerierung der Bahnen



Die Bahnen werden durchnummeriert und jedes Kind erhält einer der Bahnnummern. Somit werden die Kinder auf die Bahnen aufgeteilt und der Schwimmbetrieb wird entzerrt.

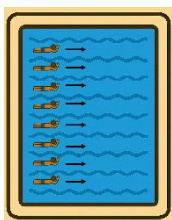
Rotationsbetrieb/Kreisverkehr



Der Rotationsbetrieb ist dadurch gekennzeichnet, dass man auf der jeweiligen Bahn hin- und wieder zurückschwimmt. Dabei wird meist eine Schwimmrichtung festgelegt, z.B. Rechtverkehr. Die Kinder schwimmen auf ihrer Bahn auf der rechten Seite, kehren an der Stirnseite um und schwimmen rechts zurück. Überholen ist erlaubt.

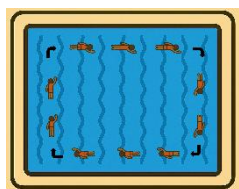


Querbahnen

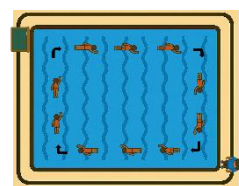


Das Becken wird nicht in Längsbahnen genutzt. Dafür bietet es sich an, ohne Leinen von der einen Beckenrandseite zur anderen Beckenrandseite zu schwimmen. Sollten für andere Schulen oder den öffentlichen Betrieb Bahnen abgesteckt sein, kann das Kind vom Beckenrand zur Leine und zurückschwimmen. Diese Form bietet sich insbesondere dann an, wenn die Kinder noch keine langen Strecken am Stück zurücklegen können. Eine Erweiterung dessen wäre das Show-Room Prinzip.

Eckenschwimmen

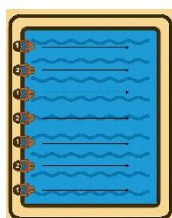


Die Kinder schwimmen entlang aller Seiten des Beckens oder der zur Verfügung stehenden Wasserfläche, die durch Leinen getrennt ist. Dabei kann überholt oder eine Pause am Beckenrand eingelegt werden.

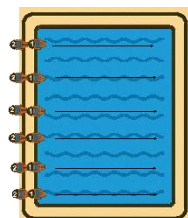


Es bietet sich an, dass an zwei Ecken des Rechtecks Input gegeben wird. In diesem Fall würde ein Kind pro Runde zwei Aufgaben erhalten und zwei Bahnen als aktive Erholung schwimmen. Der Input kann entweder durch die Lehrkraft oder durch Aufgaben an einer Tafel gegeben werden.

Welle



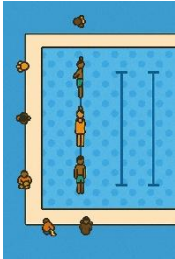
Die Kinder verteilen sich nebeneinander am Beckenrand (meist bei Querbahnen) und werden abgezählt (1,2,1,2, oder Hase, Schildkröte etc.). Auf die Aufforderung der Lehrkraft schwimmen zeitlich versetzt erst die Kinder mit der 1 oder einem Tiernamen und später die Kinder mit der 2 oder dem anderen Tiernamen los. Hierbei geht es darum, dass die Kinder mehr Platz zum Schwimmen haben und automatisch kurze Pausen zur Erholung entstehen.



Je nach Platz, bleiben die Kinder alle nebeneinander am Beckenrand sitzen oder müssen sich hintereinander positionieren. Diese Form eignet sich für den Frontalunterricht.

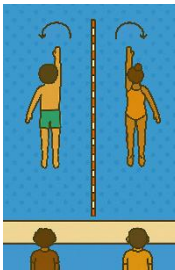


Swim & Walk



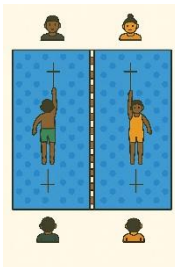
Die Kinder schwimmen eine Längsbahn, steigen an der Stirnseite aus dem Wasser und gehen außen am Beckenrand zurück, bevor sie wieder eine Bahn schwimmen.

Umkehrstaffel



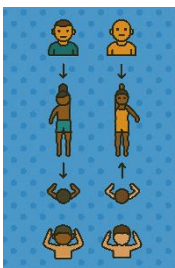
Die Kinder werden auf Bahnen aufgeteilt und stellen sich an der Stirnseite des Beckens hintereinander auf. Pro abgetrennte Bahn schwimmt ein Kind hin und wieder zurück. Sobald es auf dem Rückweg am Beckenrand ankommt, schwimmt das nächste Kind aus der Gruppe los. Diese Form kann auch auf Querbahnen genutzt werden.

Pendelstaffel



Die Kinder werden auf Bahnen aufgeteilt und stellen sich an beiden Stirnseiten des Beckens hintereinander auf. Pro abgetrennte Bahn schwimmt ein Kind nur eine Bahn. Ist es also auf der anderen Seite angekommen, schwimmt das nächste Kind aus der Gruppe los. Diese Form kann auch auf Querbahnen genutzt werden.

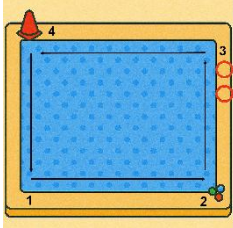
Pendel



Die Kinder werden auf Bahnen aufgeteilt und verteilen sich auf beide Stirnseiten des Beckens im Wasser. Pro abgetrennte Bahn schwimmt ein Kind nur eine Bahn. Ist es also auf der anderen Seite angekommen, schwimmt das nächste Kind aus der Gruppe los. Diese Form kann auch auf Querbahnen genutzt werden.

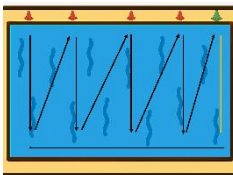


Stationsarbeit



Der Unterricht kann durch Stationsarbeit strukturiert und geöffnet werden (Ohlendorf et al., 2022; Vanderliek et al., 2022). Dazu werden Stationen am Beckenrand aufgebaut. Die Markierung kann beispielsweise durch Schwimmbretter oder Hütchen erfolgen. Es bietet sich an, gemeinsam mit der Klasse Regeln zum Bearbeiten der Station, den Wechseln zwischen Stationen und den Umgang mit den Materialien zu besprechen. Tipp: Aus [alten Schwimmbrettern](#) lassen sich Aufsteller basteln.

Show-Room Prinzip



Das Show-Room-Prinzip kombiniert gezieltes Feedback mit selbstständigem Üben (Abel et al., 2020). Die Teilnehmenden wechseln dabei regelmäßig zwischen einer **Show-Room Station**, an der sie eine Bewegung demonstrieren und individuelles Feedback erhalten, und **Übungsstationen**, an denen sie eigenständig weiterarbeiten. Dieser Wechsel erfolgt in mehreren Durchläufen. Die Stationen bieten verschiedene Schwierigkeitsgrade und Schwerpunkte. Lehrkräfte übernehmen dabei die Aufsicht sowie die individuelle Rückmeldung. Das Prinzip fördert selbstbestimmtes Lernen und eignet sich für unterschiedliche Zielgruppen im Schwimmunterricht.

Ein Beispiel:

Die Kinder schwimmen bei dem roten Hütchen los, haben eine Aufgabe und können die Rückbahn frei gestalten. So schwimmen sie im Zick-Zack durch das Becken. Am Ende schwimmen sie auf der letzten Bahn (grünes Hütchen) der Lehrkraft vor und bekommen Feedback, bevor sie die nächste Runde beginnen.

Sollten **lediglich eine (oder zwei) einzelne Bahnen** zur Verfügung stehen, bieten sich folgende Optionen an:

- Stationsbetrieb mit Praxis im Wasser und Theorie an Land: Die Gruppe kann zweigeteilt werden. Die erste Hälfte bearbeitet zunächst theoretische Inhalte an Land, während die andere Gruppe im Wasser an Stationen z.B. Technikübungen macht. Nach der Hälfte der Zeit wird gewechselt. Die Gruppe, die als zweites an Land ist, sollte Handtücher/Bademäntel o.Ä. mitnehmen.
- Zonen: Die Bahn wird in verschiedene Abschnitte unterteilt, z.B. Zone A-D. Eine Gruppe behandelt jeweils die Aufgabe in der entsprechenden Zone. Auf ein Signal wird rotiert.



- Spiele & Teamaufgaben: Staffelspiele, z.B. mit dem Transport von Gegenständen oder Teamaufgaben bieten sich an, um die Lerngruppe auf einer Bahn aufzuteilen.
- Differenzierung: Die geschwommene Distanz auf der Bahn kann je nach Niveau eingeteilt werden. Leistungsschwächere Schüler*innen absolvieren demnach kürzere Teilstrecken, während leistungsstärkere Schüler*innen längere Teilstrecken zurücklegen können oder im hinteren Abschnitt zusätzliche Aufgaben erhalten.

Tipp:

Zur anschaulichen Darstellung individueller Szenarien im Schwimmbad eignen sich 3D Visualisierungen beispielsweise mit Playmobil-Figuren.

Gestaltungsideen Ausdauerschwimmen:

1. Kleine Ziele statt „lange Strecke“

Viele Bahnen wirken für Kinder schnell abschreckend. Besser sind Etappenziele.

Beispiele:

- „Schwimme heute 4 Bahnen ohne Pause.“
- „Schaffst du 2 Bahnen mehr als letzte Woche?“
- Level-System: Seestern (2 Bahnen) → Delfin (4) → Hai (6) → Wal (8)
Sammelkarte für Bahnen

2. Geschichten und Missionen (Gamification)

Kinder schwimmen motivierter, wenn eine Spielidee dahintersteckt.

Beispiele:

- Schatzsuche: Jede Bahn bringt ein „Goldstück“.
- Transport/Bauen: Pro Strecke wird ein Gegenstand transportiert.
- Ozeanreise: Jede Woche wird eine neue „Insel“ erreicht (mehr Strecke). „Wir schwimmen um die Welt“

3. Teamaufgaben

Kinder schwimmen oft motivierter für ein Team.

Beispiele:

- Klassen-Challenge: „Schaffen wir gemeinsam 200 Bahnen?“
- Staffel-Ausdauer: Jede*r schwimmt 1–2 Bahnen, dann Wechsel.
- Gruppenziel: Jede Gruppe sammelt Bahnen.



4. Wahlmöglichkeiten geben

Kinder sind motivierter, wenn sie mitentscheiden dürfen.

Zum Beispiel:

- Wahl zwischen 3 Ausdaueraufgaben
- 6 Bahnen am Stück
- 3 x 2 Bahnen mit Pause
- 4 Bahnen + Tauchaufgabe

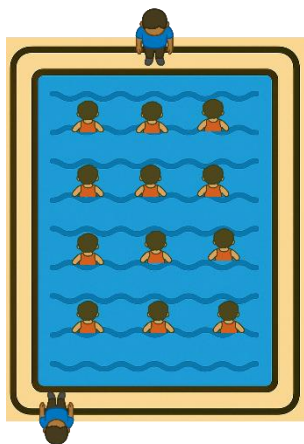
Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Co-Teaching Modelle

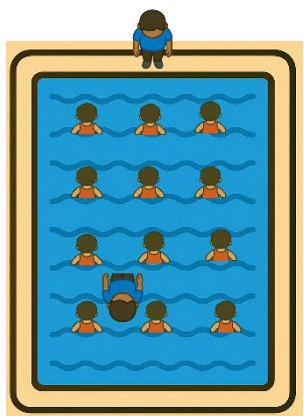
Co-Teaching beschreibt eine Form der Zusammenarbeit im Unterricht, bei der zwei oder mehr Fachpersonen gemeinsam für die Planung, Durchführung und Reflexion verantwortlich sind. Die Intensität der Kooperation kann dabei stark variieren – von gelegentlichem Austausch bis hin zur systematischen Doppelbesetzung. Laut Lütj-Klose et al. (2024) gibt es verschiedene Modelle des Co-Teachings. Im Idealfall ergänzen sich die Beteiligten in ihrer Profession, was die Adaptivität des Unterrichts erhöht und förderlichere Lernbedingungen für alle Schüler*innen schafft.

One Teach, One Observe



Beim Prinzip „One Teach, One Observe“ übernimmt Person A die Moderation und führt den Unterricht aktiv durch, während Person B gezielt und systematisch die Lernenden beobachtet. Person B nutzt dafür klare Beobachtungsziele und Strategien, um beispielsweise das Verhalten und die Beteiligung der Schüler*innen zu erfassen. Nach dem Unterricht tauschen sich beide Personen aus, reflektieren die Beobachtungen gemeinsam und planen darauf basierend gezielte Fördermaßnahmen, um den Lernprozess bestmöglich zu unterstützen.

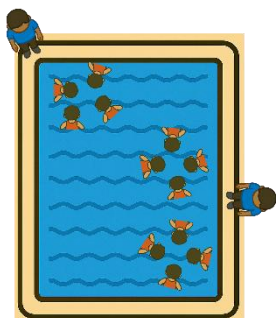
One Teach, One Assist



Beim Prinzip „One Teach, One Assist“ trägt Person A die primäre Unterrichtsverantwortung und gestaltet die Stunde. Person B unterstützt die Lernenden nach einem abgestimmten Förderplan bei Bedarf, vor allem bei der Bearbeitung der Aufgaben. Diese Unterstützung erfolgt meist spontan und erfordert nicht zwingend eine gemeinsame Stundenvorbereitung, was den Einsatz flexibel macht. Wenn jedoch eine gemeinsame Planung stattfindet, ist die Assistenz oft effektiver und gezielter. So kann Person B individuell helfen, während Person A die Klasse weiterhin moderiert.

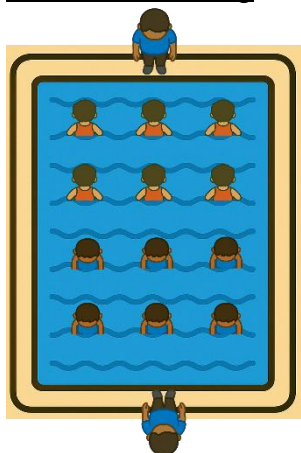


Station Teaching



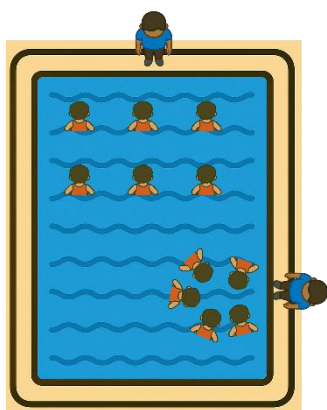
Beim Prinzip „Station Teaching“ werden drei oder mehr Lernstationen eingerichtet, die sich in Aspekten, Bearbeitungsformen oder Schwierigkeitsniveaus unterscheiden. Person A und Person B teilen sich die Verantwortung für die Vorbereitung und Betreuung der Stationen und handeln dabei weitestgehend autonom. Die Lernenden arbeiten teilweise selbstständig an den Stationen, wodurch individuelle Lernwege und differenziertes Lernen gefördert werden.

Parallel Teaching



Beim „Parallel Teaching“ unterrichten Person A und Person B jeweils eine Hälfte der gesamten Lerngruppe gleichzeitig. Beide Gruppen bearbeiten den gleichen Unterrichtsgegenstand, was eine bessere individuelle Betreuung ermöglicht. Durch die kleineren Gruppen kann gezielter auf die Bedürfnisse der Lernenden eingegangen werden, was den Lernerfolg steigert.

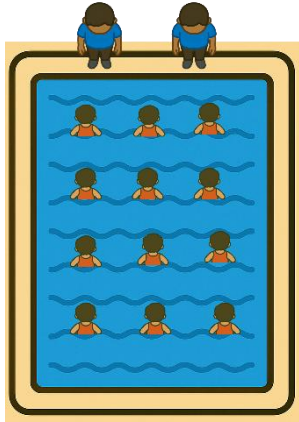
Alternative Teaching



Beim „Alternative Teaching“ übernimmt Person A den Unterricht für den Großteil der Lerngruppe, während Person B eine kleinere Gruppe betreut. Diese Kleingruppe arbeitet meist mit anderen Niveaus oder Methoden, um gezielter auf individuelle Förderbedarfe einzugehen.

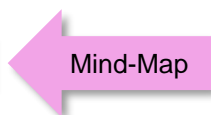


Team Teaching



Beim „Team Teaching“ planen, führen und werten Person A und Person B den Unterricht gemeinsam durch und übernehmen zusammen die Förderung der Lernenden. Sie arbeiten gleichberechtigt, ergänzen sich dabei und wechseln flexibel die Führungsrollen. Diese Methode ermöglicht eine hohe Adaptivität an die Bedürfnisse der Schüler*innen und zeichnet sich durch ein hohes Maß an gegenseitiger Kooperation, Vertrauen und Wertschätzung aus.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Stationen

Ein Merkmal guten Unterrichts ist die vorbereitete Lernumgebung (Meyer, 2003). Stationen sollten immer gut sichtbar am Beckenrand gekennzeichnet werden. Dafür eignen sich Hütchen oder Schwimmbretter. Die laminierten Stationskarten können auf das Brett gelegt werden.

Eine weitere Idee stammt aus der Eulenpost (<https://www.dieeuleunddasschwimmen.de/>). Dort ist der Hinweis zu finden, dass man aus einem alten Schwimmbrett einen DIY-Aufsteller für Karten basteln kann.

Sollte man keine Schwimmbretter haben, können auch Buchaufsteller aus Acryl oder ein Bilderrahmen, den man beidseitig nutzen kann, verwendet werden.

Um die Wechsel einer Stationsarbeit besser kommunizieren zu können, eignet es sich die Stationen zu nummerieren und einen Wechselplan zu erstellen. Zum Beispiel wechseln alle Kinder von Station 1 zu Station 2, von Station 2 zu Station 3 etc. und von der letzten Station wieder zur Station 1. Alternativ könnte der Wechsel über farbige Hütchen organisiert werden. Auch ein Handzeichen lässt sich hier einsetzen, um die Stimme der Lehrkraft zu schonen.

Mit alten Brettern Arbeitskarten am Beckenrand aufstellen



Im Schwimmbereich gibt es Schwimmbretter, die man eigentlich nicht mehr benutzen kann, weil entweder starke Risse darin sind oder das Chlorwasser den Aufhängungsprozess in Gang gesetzt hat? Bitte auf keinen Fall einfach so wegwerfen, denn daraus lassen sich noch hervorragende DIY-Aufsteller für Stationskarten herstellen. [Wir zeigen dir hier, wie es geht!](#)



Mithilfe eines stabilen Cuttermessers und eines Lineals einen durchgängigen Schlitz ins Brett schneiden. Das Brett sollte in der Tiefe etwa bis zur Hälfte eingeschnitten werden. Durch mehrfaches Einritzen kann der Schlitz etwas verbreitert werden.



Nun kann die laminierte Karte von der Seite in den Brett Schlitz eingeschoben und damit am Beckenrand gut sichtbar aufgestellt werden. [Hier](#)

Beispielhafte Stationskarten aus der Eulenpost zum Thema Gleiten:

GLEITEN **PFEILSCHUSS** & DAS SCHWIMMEN

Stoße dich ab und gleite in Pfeilposition so weit wie möglich.

- 1 Hochspringen!
- 2 Abtauchen!
- 3 Abstoßen!
- 4 Gleiten in Pfeilposition!



Video Delay

Die App *Video Delay* ermöglicht eine zeitverzögerte Wiedergabe von Bewegungen, ohne dass diese dauerhaft aufgezeichnet oder gespeichert werden. So können Schüler*innen ihre eigenen Bewegungsabläufe – beispielsweise im Schwimmunterricht, bei Koordinationsübungen oder sportlichen Techniken – unmittelbar nach der Ausführung auf dem Bildschirm betrachten. Der Einsatz eignet sich besonders zur Bewegungsanalyse, zur Förderung der Selbstwahrnehmung sowie zur eigenständigen Korrektur und Reflexion motorischer Abläufe (Abel et al., 2020). Pädagogisch bietet die App damit wertvolle Unterstützung für einen handlungsorientierten und differenzierten Unterricht, auch im Förderschwerpunkt Geistige oder Körperlich-Motorische Entwicklung. Besonders hervorzuheben ist die **Datenschutzfreundlichkeit** der App, da keine personenbezogenen Daten gespeichert oder dauerhaft aufgenommen werden – ein wichtiger Aspekt für den schulischen Einsatz.

Kurzanleitung für den Einsatz von „Video Delay“:

- App starten und gewünschte Verzögerungszeit einstellen (z. B. 5–15 Sekunden).
- Tablet oder Smartphone so positionieren, dass das Bewegungsfeld gut sichtbar ist.
- Schüler*innen führen die Bewegung aus (z. B. Sprung, Wenden, Schwimmzug).
- Nach wenigen Sekunden erscheint die Bewegung verzögert auf dem Bildschirm (bis zu vier Mal)
- Reflexion: Die Schüler*innen schauen sich selbst an, vergleichen mit Vorgaben oder besprechen Verbesserungspotenziale.
- Optional kann die Bewegung erneut durchgeführt und im Vergleich beobachtet werden.



Beispiel aus der Praxis:

Eine Schülerin übt das Brustschwimmen. Die Lehrkraft positioniert ein wassergeschütztes Tablet am Beckenrand mit einem Delay von 10 Sekunden. Die Schülerin schwimmt eine Bahn, steigt aus dem Wasser und sieht sich direkt selbst bei der Ausführung. Gemeinsam mit der Lehrkraft spricht sie über Beinbewegung und Armführung. Durch das unmittelbare visuelle Feedback versteht sie besser, was mit „gleichmäßige Bewegung“ oder „Arme unter Wasser ziehen“ gemeint ist. Die Motivation steigt, weil sie ihre Fortschritte direkt sehen kann – ein echter Zugewinn für das selbstgesteuerte Lernen.



Elternbrief Vorlage zum Einsatz der App:

Information und Einwilligung zum Einsatz der App „Video Delay“ im Schwimmunterricht

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

im Schwimmunterricht möchte ich gelegentlich die App „Video Delay“ als didaktisches Hilfsmittel einsetzen. Die App ermöglicht es, Bewegungen zeitverzögert auf einem Tablet oder Smartphone darzustellen. Schülerinnen und Schüler können dadurch eine von ihnen zuvor ausgeführte Bewegung kurze Zeit später selbst auf dem Bildschirm ansehen.

Pädagogischer Zweck

Der Einsatz dient der Bewegungsanalyse und der Verbesserung von Bewegungsabläufen. Durch das unmittelbare visuelle Feedback können die Kinder ihre Schwimmtechnik besser verstehen und gezielt verbessern. Diese Methode wird im Sportunterricht häufig eingesetzt, um Bewegungslernen zu unterstützen.

Datenschutz und Umgang mit den Aufnahmen

- Die Aufnahmen werden ausschließlich zur unmittelbaren Betrachtung im Unterricht verwendet.
- Die Videos werden nicht gespeichert, nicht archiviert und nicht veröffentlicht.
- Es erfolgt keine Weitergabe an Dritte.
- Es findet keine Verarbeitung oder Speicherung personenbezogener Daten auf externen Servern statt.
- Die Aufnahmen werden lediglich kurzzeitig zur direkten Rückmeldung im Unterricht angezeigt.

Der Einsatz der App erfolgt ausschließlich im Rahmen des Unterrichts und unter Aufsicht der Lehrkraft.

Freiwilligkeit

Die Teilnahme ist freiwillig. Schülerinnen und Schüler, deren Eltern keine Einwilligung erteilen oder die selbst nicht gefilmt werden möchten, werden selbstverständlich nicht aufgenommen. Daraus entstehen keine Nachteile im Unterricht.

Die Einwilligung kann **jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen** werden.



Einwilligungserklärung

Name des Kindes: _____

Klasse: _____

Ich habe die Informationen zum Einsatz der App „Video Delay“ im Schwimmunterricht zur Kenntnis genommen.

Ich willige ein, dass mein Kind im Rahmen des Schwimmunterrichts kurzzeitig gefilmt wird, um Bewegungen zeitverzögert anzusehen und zu besprechen.

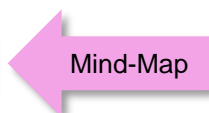
Ich willige nicht ein.

Mir ist bekannt, dass die Aufnahmen ausschließlich zur unmittelbaren Betrachtung im Unterricht genutzt und nicht gespeichert, veröffentlicht oder an Dritte weitergegeben werden.

Ort, Datum: _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r: _____

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Stundenende

Das Ende einer Unterrichtsstunde bietet verschiedene Möglichkeiten, den Übergang vom aktiven Lernen zur Entspannung oder Sicherung zu gestalten.

- Möglichkeit zur Entspannung (ggf. mit Musik)
- Möglichkeit für vielfältiges Springen (z.B. von Sprungtürmen)
- gemeinsame Reflexion
- freie Zeit zum Tauchen
- rutschen
- Möglichkeit zum freien Spielen
- gemeinsames Abschlussspiel
- freies Schwimmen
- Spielen mit einer Schwimminsel

Beispielhafte Visualisierungen:



Hinweis:

Eine einfache Möglichkeit, Schülerinnen und Schüler stärker in den Unterricht einzubeziehen, besteht darin, sie an der Auswahl von Anfangs- oder Abschlussspielen zu beteiligen. Dazu können beispielsweise drei unterschiedliche Spiele vorgeschlagen werden, aus denen die Kinder gemeinsam wählen. Die Entscheidung kann unkompliziert per Handzeichen oder Mehrheitsentscheidung getroffen werden. Die Spiele variieren wöchentlich. Durch diese Form der **Mitbestimmung** erleben die Kinder, dass ihre Meinung berücksichtigt wird, was die Motivation erhöhen und die aktive Beteiligung am Unterricht fördern kann. Gleichzeitig unterstützt dieses Vorgehen einen iterativen Lehrstil: Die Lehrkraft kann auf Interessen, Rückmeldungen und Dynamiken in der Lerngruppe reagieren und den Unterricht entsprechend gestalten.

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map

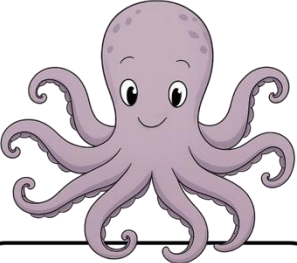
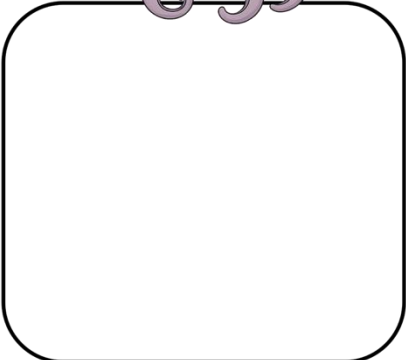


Reflexion

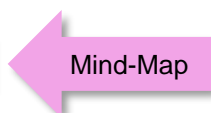
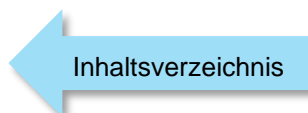
Das kann ich schon:

Dieses Reflexionsblatt eignet sich zum **Abschluss des Schwimmhalbjahres** oder Schuljahres, um gemeinsam mit den Kindern auf das Gelernte zurückzublicken. Die Lehrkraft kann das Blatt nutzen, um eine kurze, persönliche Rückmeldung pro Kind zu geben. Alternativ können die Kinder selbst Symbole oder kleine Bilder malen, die zeigen, was sie gelernt oder erlebt haben. So entsteht ein motivierender und wertschätzender Abschluss des Schwimmunterrichts. Gleichzeitig schafft das Blatt Transparenz über Lerninhalte und individuelle Fortschritte – sowohl für die Kinder als auch für Eltern und Erziehungsberechtigte.

DAS KANN ICH SCHON

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Inki im Schwimmbad:

Dieses Reflexionsblatt unterstützt Kinder dabei, ihre eigenen **Lernprozesse** im Schwimmunterricht bewusst zu gestalten und zu reflektieren. Es kann sowohl **vor der Stunde** genutzt werden, um Erwartungen und individuelle Ziele zu formulieren („Heute möchte ich“), als auch **im Anschluss**, um Erfahrungen festzuhalten („Das kann ich schon“, „Das war schwer“, „Das war einfach“). So fördert das Blatt eine strukturierte Auseinandersetzung mit dem eigenen Lernen, stärkt die Selbstwahrnehmung und motiviert die Kinder, ihre Fortschritte im Wasser aktiv mitzugestalten.

INKI IM SCHWIMMBAD

NAME: _____



DAS KANN ICH SCHON: _____	HEUTE MÖCHTE ICH: _____
DAS WAR EINFACH: _____	DAS WAR SCHWER: _____

Hier gelangen Sie direkt zur [Druckvorlage](#).



Materialideen

Im Schwimmbad steht oft nur wenig oder gar kein Material zur Verfügung. Trotzdem kann man mit einfachen Haushaltsgegenständen eigenes Schwimmmaterial basteln oder Gegenstände umfunktionieren. So lassen sich abwechslungsreiche und kreative Übungen auch ohne viel Ausstattung durchführen.

Hier sind einige Ideen, wie man aus Alltagsgegenständen Material oder Spielideen für den Unterricht erstellen kann:

- Tomateneimer mit Löchern zum „Abduschen“
- Leere Tennisball Dosen zum Dosenwerfen/Kegeln
- Luftballons oder Tischtennisbälle zum Pusten oder Unterwasserdrücken (Widerstand spüren)
- Alte/kaputte Schwimnudeln zerschneiden und z.B. als kleine Bauklötze nutzen
- Spülschwämme (z.B. Schwammstaffel)
- Wasserpistolen aus kleinen Plastikflaschen mit Löchern im Deckel
- Fahrradschläuche, um Materialien zu befestigen/zusammenzubinden
- Alte/aussortierte Kinderspielzeuge (z.B. Schleichtiere für Transportspiele, Tauchen)
- Gesellschaftsspiele durch Laminieren von Karten wasserfest machen (z.B. Lotti Karotti, Dobble, Uno... etc.)
- Basteln und Laminieren (z.B. eine Rezeptkarte und dazu passend einzelne Zutaten als Transportspiel)
- Flaschendreher mit Aufgaben

Neben der kreativen Nutzung von Alltagsmaterialien lohnt es sich für Schulen, gezielt nach **Kooperationen** mit ortsansässigen **Schwimmvereinen** zu fragen – insbesondere, wenn diese im selben Bad trainieren. Häufig besteht die Möglichkeit, Materialien mitnutzen zu dürfen oder Unterstützung bei der Durchführung von Unterrichtseinheiten zu erhalten. Gleichzeitig kann so auch der Kontakt zwischen Schüler*innen und dem Verein hergestellt werden, um ihnen ein Anschlussangebot im außerschulischen Sport zu eröffnen.

Damit wird nicht nur der Schulsport gestärkt, sondern auch der **Doppelauftrag des Sportunterrichts in NRW** erfüllt:

Kinder und Jugendliche durch Sport zu erziehen – und zum Sport erziehen. Ein solches Beispiel zeigt sich in der Kooperation zwischen einer Kölner Schule und einem Kölner Schwimmverein, bei der einmal pro Halbjahr ein gemeinsamer Schwimmtag stattfindet, an dem die Kinder nicht nur neues Material ausprobieren, sondern auch Vereinstrainer*innen kennenlernen. Solche Angebote unterstützen den Doppelauftrag des Schulsports in NRW, der nicht nur „**Erziehung durch Sport**“ im Sinne der Wertevermittlung umfasst, sondern ausdrücklich auch die „**Erziehung zum Sport**“ – also zur aktiven, lebenslangen Teilhabe an sportlicher Betätigung (Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen, 2021; MSBNRW, 2019).



Sollte grundsätzlich Material vorhanden sein, aber keine Lagerungsmöglichkeit im Schwimmbad bestehen, bieten sich folgende Optionen an:

- „Mini-Materialkiste“: Man erstellt eine kleine Kiste mit leichten und beweglichen Materialien, die in einen Rucksack oder Trolley passen, um das Material zu transportieren.
- Rotation über Klassen: Klassenübergreifend wird das Material innerhalb einer Woche einheitlich benutzt. Dafür bringt eine Klasse das Material zum Schwimmbad und die letzte Klasse in der Woche bringt es zurück. Hierfür müsste ein Ort zur Zwischenlagerung im Schwimmbad mit dem leitenden Personal abgesprochen werden.
- Material-Wagen: Ein rollbarer Wagen oder eine Transportbox bietet sich an, um das Material zum Schwimmbad zu transportieren.
- Mehrfachnutzung: Statt viele Materialien mitzunehmen, sollte ein Material den Einsatz mehrerer Stunden ermöglichen können oder für mehrere Schüler*innen nutzbar sein.
- Materialdienst: Bei etwas älteren Schüler*innen lässt sich die Verantwortung für den Transport auch in Form eines [Dienstes](#) abgeben.

Inhaltsverzeichnis

Mind-Map



Literaturverzeichnis

- Abel, L., Staub, I., & Bieder, A. (2020). Das Show-Room-Prinzip mit und ohne Videofeedback - individualisierte Schwimmtechnikvermittlung im Schul-, Breiten- und Leistungssport. In T. Vogt (Ed.), *Vermittlungskompetenz in Sport, Spiel & Bewegung. Sportartspezifische Perspektiven*. Meyer & Meyer.
- Bissig, M., & Gröbli, C. (2004). So funktioniert es im Wasser. In (pp. 192-205).
- Fokken, I. (2022). Aufgaben für Schüler*innen am Beckenrand. *Sportpraxis*, 63(3), 59-63.
- Fokken, I., Staub, I., & Vogt, T. (2022). Lernstandsdiagnostik im Schwimmunterricht - Lerngruppen analysieren und Unterricht passgenau gestalten. *sportunterricht*, 4(71), 181-186.
- Ghayebzadeh, S., & Figueiredo da Silva, C. A. (2024). Twelve Strategies to Maintain Effective Classroom Management in Elementary Physical Education. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 95(1), 49-50.
- Klingen, P. (2013). Ruhe im Sportunterricht - wie soll das gehen? *Lehrhilfen für den Sportunterricht - Beilage zur Zeitschrift sportunterricht*, 62(5), 1-3.
- Lütje-Klose, B., Wild, E., Grüter, S., Gorges, J., Neumann, P., Papenberg, A., & Goldan, J. (2024). *Kooperation in inklusiven Schulen: Ein Praxishandbuch zur Zusammenarbeit in multiprofessionellen Teams und mit Eltern*. transcript Verlag.
- Meyer, H. (2003). Zehn Merkmale guten Unterrichts: Empirische Befunde und didaktische Ratschläge. *PÄDAGOGIK*, 10, 36-43.
- Ministerium für Schule und Bildung des Landes Nordrhein-Westfalen. (2021). *Lehrplan Sport Grundschule*. Düsseldorf
- Mitchell, B. S., Hirn, R. G., & Lewis, T. J. (2017). Enhancing Effective Classroom Management in Schools: Structures for Changing Teacher Behavior. *Teacher Education and Special Education*, 40(2), 140-153.
- MSB. (2020). *Sicherheitsförderung im Schulsport*. Düsseldorf
- MSBNRW. (2019). *Kernlehrplan für die Sekundarstufe I. Gymnasium Nordrhein-Westfalen Sport*.
- Ohlendorf, L., & Staub, I. (2020). Handlungsoptionen und Potenziale eines geöffneten Schwimmunterrichts - wirkungsvoll und motivierend Schwimmen lehren. In T. Vogt (Ed.), *Vermittlungskompetenz in Sport, Spiel und Bewegung: Sportartspezifische Perspektiven* (pp. 149-170). Meyer & Meyer.
- Ohlendorf, L., Vanderliek, L., Breuer, J., & Vogt, T. (2022). Motiviert und selbstbestimmt schwimmen lernen: eine empirische Studie zur Wirksamkeit geöffneten Schwimmunterrichts in der Schule. 25. dvs-Hochschultag, Kiel.
- Vanderliek, L., Staub, I., Ohlendorf, L., Fokken, I., & Vogt, T. (2022). Geöffneter Schwimmunterricht: mehr als ein Experiment?: Kurzbericht zu einer Pilotstudie zur Beobachtung und Bewertung durch Grundschullehrkräfte. *sportunterricht*, 71(4), 187-188.
- Zeuner, A. (2010). "Zur Bildung von Gruppen und Mannschaften im Sportunterricht." *sportunterricht* 59(1): 18-19.

<https://www.dlrg.de/informieren/freizeit-im-wasser/baderegeln/>

<https://www.schulsport-nrw.de/schwimmfoerderung/schulschwimmpass-nrw.html>

[Deutsche Epilepsievereinigung – Gemeinsam leben mit Epilepsie](#)

[Asthma-Diagnose](#)

[Leben mit Herzfehler – Bundesverband Herzranke Kinder e.V.](#)

<https://www.neurodermitis.de/neurodermitis/>

<https://www.allergieinformationsdienst.de/aktuelles/news/artikel/allergische-sensibilisierung-durch-chlor-in-schwimmbecken>

[Diabetes: Einfach und verständlich erklärt](#)

[Was ist ein Trauma?](#)

<https://www.dshs-koeln.de/institut-fuer-vermittlungskompetenz-in-den-sportarten/veranstaltungen-partner/vermittlung-im-schwimmen-visch/die-eule-das-schwimmen/>







Ein Großteil der in dieser Handreichung verwendeten Grafiken wurde mithilfe von KI-basierten Tools *Open AI Chat GPT*, *Canva* und *ProCreate* erstellt. Die Erstellung erfolgte unter Beachtung urheberrechtlicher Vorgaben und dient ausschließlich der Veranschaulichung und Unterstützung des Materials.



Druckvorlagen

Nachfolgend finden Sie alle Druckvorlagen in der Reihenfolge der Templates.

Um von einer Druckvorlage zurück zum Inhaltsverzeichnis zu kehren, müssen Sie den Cursor in die obere rechte Ecke bewegen und dort ist eine „unsichtbare“ Verlinkung. Sobald sich der Cursor in eine „Hand mit Zeigefinger“ verwandelt, können Sie daraufklicken.

	Mouse	Link
Windows		
macOS		

Quelle Foto: TechTerms.com



Checkliste

Vor der ersten Schwimmstunde

Ich informiere die Eltern...

- über den Ort des Schwimmunterrichts.
- über die Zeiten des Schwimmunterrichts.
- über geeignete Kleidung für Schultage mit Schwimmunterricht.
- über geeignete Badebekleidung.
- mithilfe einer Packliste für die Schwimm Tasche (z.B. Mütze, Handtücher, Duschzeug, etc.)
- über das Vorgehen bei Krankmeldung eines Kindes.

Ich frage die Eltern...

- nach dem schwimmerischen Können der Kinder.
- nach relevanten gesundheitlichen Informationen oder Einschränkungen sowie Medikation.
- nach Kontaktdaten der Erziehungsberechtigten und erstelle daraus eine Liste.

Ich überprüfe...

- die Gültigkeit meiner Rettungsfähigkeit.
- die Gültigkeit meines Erste-Hilfe-Nachweises.

Ich kläre...

- die verfügbaren Wasserzeiten ab.
- die verfügbaren Becken und/oder Bahnen ab.
- welches Material mir zur Verfügung steht.
- , ob Schwimmunterricht anderer Schulen oder öffentlicher Betrieb zeitgleich stattfinden.

Ich informiere mich...

- durch eine Begehung des Schwimmbades.
- über Umkleiden, Duschen und Toiletten im Schwimmbad.
- über Wege, Abläufe und Verhalten in Notfällen.

Ich plane...

- den Umgang mit passiven oder kranken Schüler*innen (z.B. Aufgaben, alternative Unterbringung, etc.).

Ich bespreche mit den Schüler*innen...

- Regeln für die Anfahrt/den Weg zum Schwimmbad.
- die Baderegeln.
- individuelle Regeln, die für unseren Schwimmunterricht gelten.
- wie sie sich im Schwimmbad zu verhalten haben.
- notwendige Treffpunkte vor und im Schwimmbad.
- klare Signale für Abläufe und Sicherheit.

Anreise

Ich kontrolliere...

- die Anwesenheit.
- , ob alle Schüler*innen ihre Schwimmsachen dabei haben.

Jede Stunde...

- stellen sich die Schüler*innen für Transportwege sowie den Einlass ins Schwimmbad auf.
- treffen wir uns an einem Sammelplatz.

Bestenfalls tragen alle Kinder bzw. Jugendliche mit langen Haaren eine Badekappe. Ansonsten müssen die Haare fest zusammengebunden werden. Da insbesondere die jüngeren Kinder oftmals ohne Zopf zum Schwimmen erscheinen, haben vorbereitete Lehrkräfte immer ein paar Haargummis dabei, um sich nicht über im Gesicht hängende Haare ärgern zu müssen. Hier bietet es sich an, dass man an der Stundentafel oder beim Schlüsselkorbchen auch eine „Haargummi-Station“ einrichtet.

Packliste Eltern

In die Schwimm Tasche gehören:

- Schwimmhose (keine Boardshorts)
- Badeanzug/Sportbikini (kein Bikini)
- Schwimmbrille
- Badekappe
- Haargummi
- Badeschlappen
- 1-2 Handtücher (am Beckenrand, zum Duschen)
- Duschgel/Shampoo
- Pflegeprodukte
- Bürste
- 1/2 Euro Stück

Außerdem:

- Föhn
- Mütze für nasse Haare
- Trinkflasche (nicht aus Glas!)
- Verpflegung für Rückreise

Für passive Kinder:

- Leichte Sportbekleidung
- Badeschlappen
- Stift und Block

Am Tag vermeiden:

- viele Knöpfe (z.B. Hemd/Bluse)
- Strumpfhose

Liebe Eltern der Klasse _____,

Im kommenden Halbjahr haben wir _____ (Tag) in der _____ (Stunden) Schwimmunterricht im _____ (Bad).

Gemeinsam fahre ich mit den Schüler*innen mit einem Bus zum Bad und wieder zurück zur Schule.

ODER:

Die An-/Abreise zum und vom Schwimmbad darf selbstständig erfolgen (Einverständniserklärung). Die Kinder, die selbstständig kommen, sollten bis spätestens _____ Uhr am Schwimmbad sein. Der Treffpunkt ist _____. Die Kinder, die mit dem Bus zur Schule kommen, treffen sich mit mir auf dem Schulhof und gehen gemeinsam zu Fuß mit einer Lehrkraft zum Schwimmbad.

In Vorbereitung auf den Schwimmunterricht sollten Sie mit Ihrem Kind die Sicherheits- und Baderegeln durchgehen. Wir möchten Sie vorsorglich darauf hinweisen, dass der Schwimmunterricht Teil des Bildungsplans und somit verpflichtend ist!

Außerdem erhalten Sie eine Packliste für die Schwimm Tasche und Hinweise für die Bekleidung am Tag des Schwimmunterrichts. Diese finden Sie im Anhang.

Sollten bei Ihrem Kind Krankheiten, Allergien oder sonstige gesundheitliche Beeinträchtigungen vorliegen, bitte ich um eine kurze Information zur möglichen Medikation und den Umgang im Notfall. Im Einzelfall bitte ich um ausführlichere Beschreibung und gegebenenfalls um ein kurzes Gespräch. Wenn ihr Kind aus gesundheitlichen Gründen nicht am Schwimmunterricht teilnehmen darf, ist ein ärztliches Attest zwingend erforderlich! Bitte legen Sie dieses bei.

Bitte füllen Sie außerdem den Bogen zur Schwimffähigkeit Ihres Kindes aus. Dieser dient einer ersten Einschätzung der Lerngruppe, übernimmt aber nicht die Diagnostik. Ich werde mir in der ersten Stunde das schwimmerische Können der Kinder anschauen. Demnach werden voraussichtlich Kleingruppen gebildet.

Wenn Ihr Kind am Tag des Schwimmunterrichts krank ist, _____.
(bleibt es in der Schule in einer Parallelklasse, kommt es mit (braucht Sportklamotten), usw.)

Sollten Sie das Gefühl haben, dass ich noch weitere Informationen zu Ihrem Kind benötige, kontaktieren Sie mich bitte im Vorfeld. Für Notfälle bitte ich um eine Kontaktmöglichkeit, um mich schnellstmöglich bei Ihnen melden zu können.

Den unterschriebenen Rücklaufzettel geben Sie ihrem Kind bitte bis spätestens zum _____ mit.

Mail:

Tel:

Mit freundlichen Grüßen,

Infoabend

- Vorstellung Lehrkraft
- Infos über Ort, Zeit des Schwimmunterrichts
- Zur Verfügung stehende Wasserflächen
- Betreuungsschlüssel/Infos Funktionsteam (Wer ist dabei - mit welcher Funktion?)
- Ggf.: Welches Elternteil kann den Schwimmunterricht begleiten?

- Infos An- und Abreise
- Krankheiten, Allergien etc.
- Umgang im Notfall & Kontaktliste
- Packliste / Was sollten die Kinder am Tag des Schwimmunterrichts (nicht) tragen?
- Umgang mit passiven Kindern
- Sicherheits- und Baderegeln
- Abfrage schwimmerisches Können
- Diagnostik im Unterricht

- Fragen klären
- Kontaktmöglichkeiten

Reiseplan

Nr.	Name Kind	Anreise	Abreise	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				

Treffpunkt Schule: _____ Uhrzeit: _____

Abfahrt Schule: _____ Uhrzeit: _____

Kontakt Bus: _____

Ankunft Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Treffpunkt Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Abfahrt Schwimmbad: _____ Uhrzeit: _____

Ankunft Schule: _____ Uhrzeit: _____

Ich _____ (Mutter, Vater, Erziehungsberechtigte*r)
habe den Elternbrief zum Schwimmunterricht erhalten.

Mein Kind _____

- kann tauchen.
- kann den Seestern (schweben).
- hat folgendes Abzeichen: _____
- hat folgende Erfahrungen im Schwimmen: _____
- kann nicht schwimmen.

- hat gesundheitliche Einschränkungen:
 - Epilepsie
 - Paukenröhrchen
 - Mittelohrentzündung
 - Loch im Trommelfell
 - Asthma
 - Diabetes mellitus
 - Neurodermitis
 - Herzfehler
 - Chlorallergie
 - Wasserphobie
 - PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung)
 - Sonstige Erkrankungen/Allergien: _____

- Mein Kind darf aus gesundheitlichen Gründen nicht am Schwimmunterricht teilnehmen. (Ärztliche Bescheinigung)

- darf allein zum Schwimmbad kommen.
- kommt zum Treffpunkt in der Schule.

Datum: _____

Unterschrift: _____

Notfallnummer: _____

Rücklaufzettel

Nr.	Name Kind	Kontakt	Anreise	Tauchen	Seestern	Abzeichen/Erfahrung	Notiz
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							

28							
29							
30							
31							
32							

Kontaktliste:

Nr.	Name Kind	Name Kontaktperson	Nummer	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				

Kontakt Sekretariat

Nummern Kolleg*innen

Notrufnummern

Krankheiten:

Nr.	Name Kind	Krankheit/Einschränkung	Medikamente/Verhalten	Notiz
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				

28										
29										
30										
31										
32										

Kontakt Sekretariat

Notrufnummern

Sonstige

Dokumentation Keine Schwimmsachen:

Nr.	Name Kind	Datum	Datum	Datum	Datum	Notiz
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						

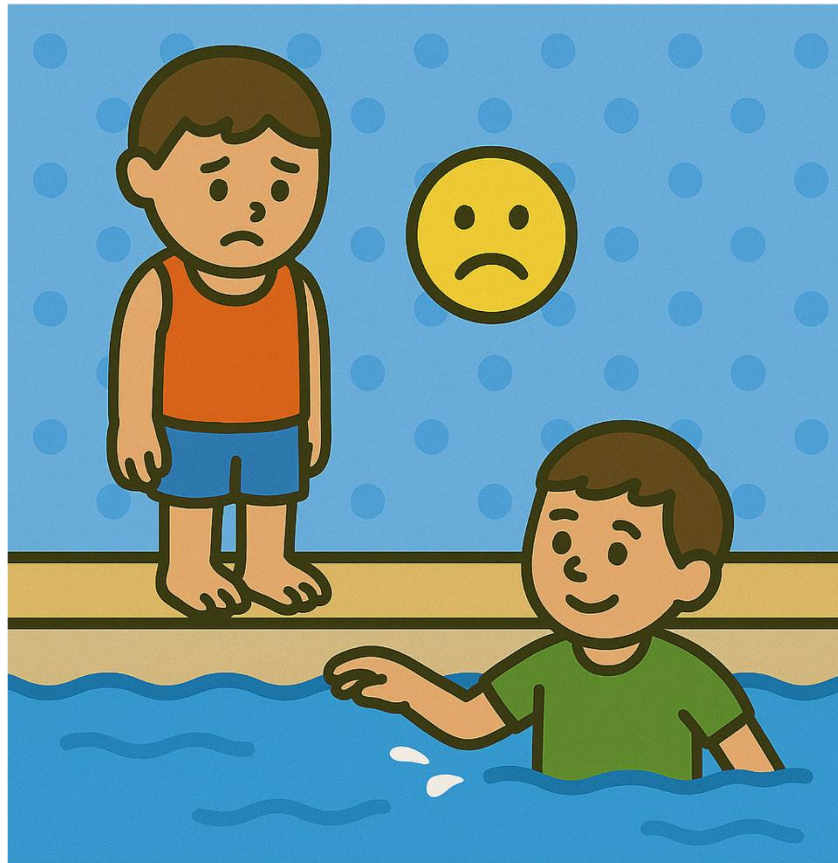
Ich kühle mich ab bevor ich ins Wasser gehe.



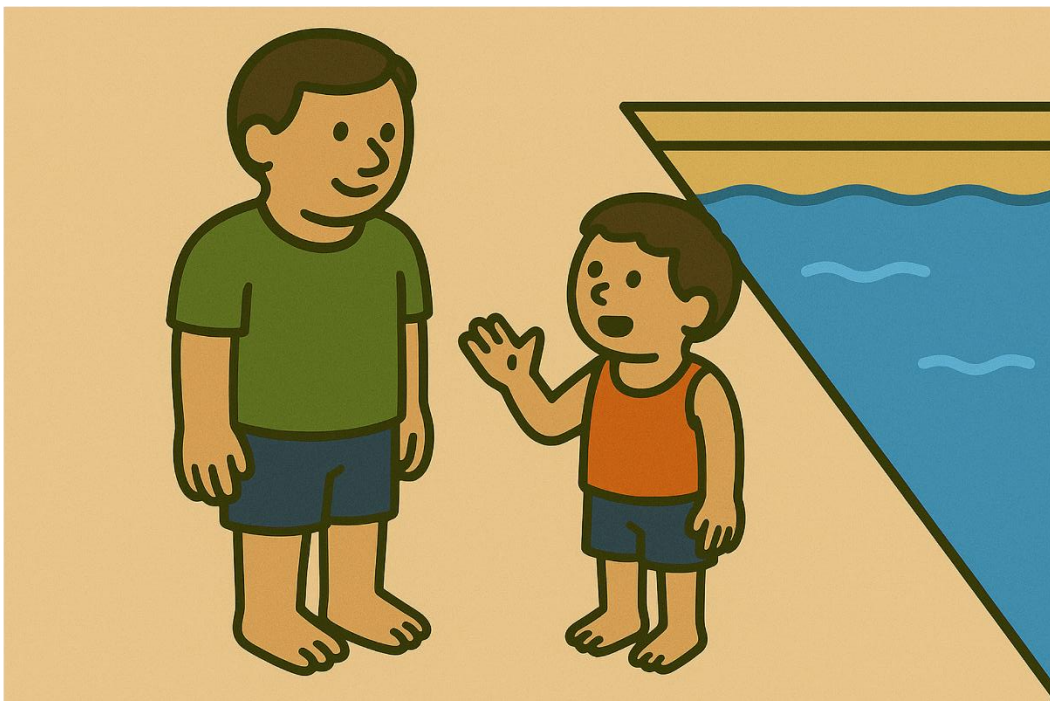
Ich gehe nur da baden, wo es erlaubt ist. Ich springe nur da ins Wasser, wo das Wasser tief und frei ist.



Ich gehe nur Baden wenn ich mich gut fühle.



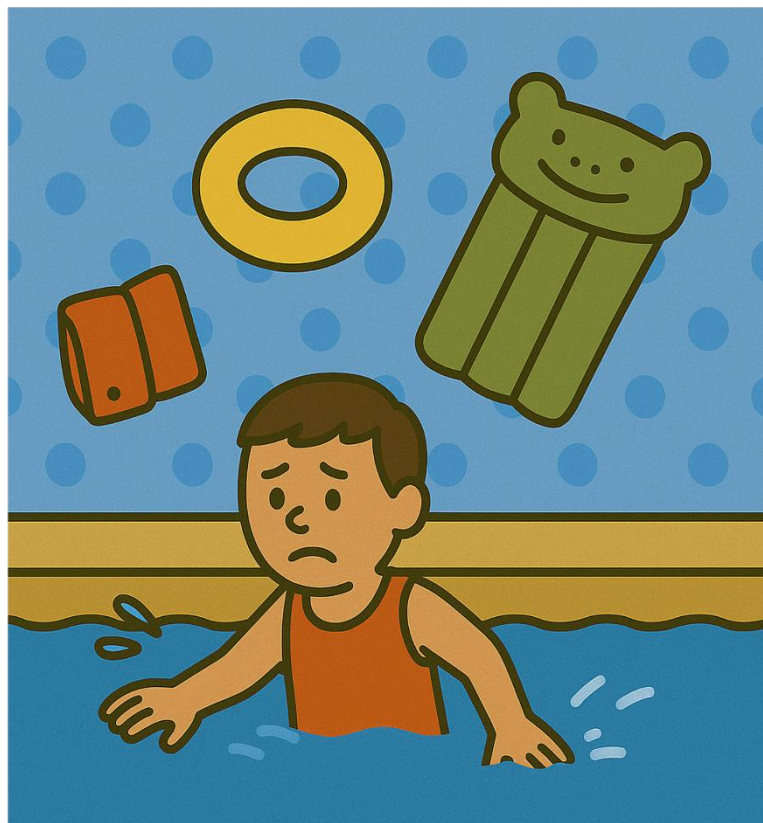
Ich sage Bescheid, wenn ich ins Wasser gehe.



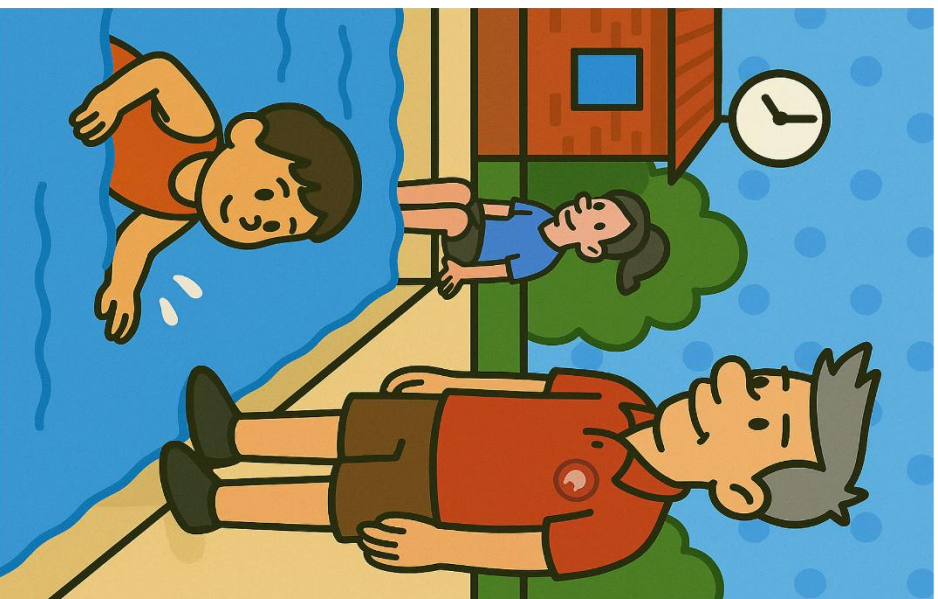
Ich nehme Rücksicht! Ich renne nicht, schubse nicht und drücke niemanden unter Wasser.



Schwimmflügel, Schwimmtiere und Luftmatratzen sind nicht sicher und schützen mich nicht vor dem Ertrinken.



Ich gehe nur Baden, wenn mir jemand bei Problemen helfen kann.



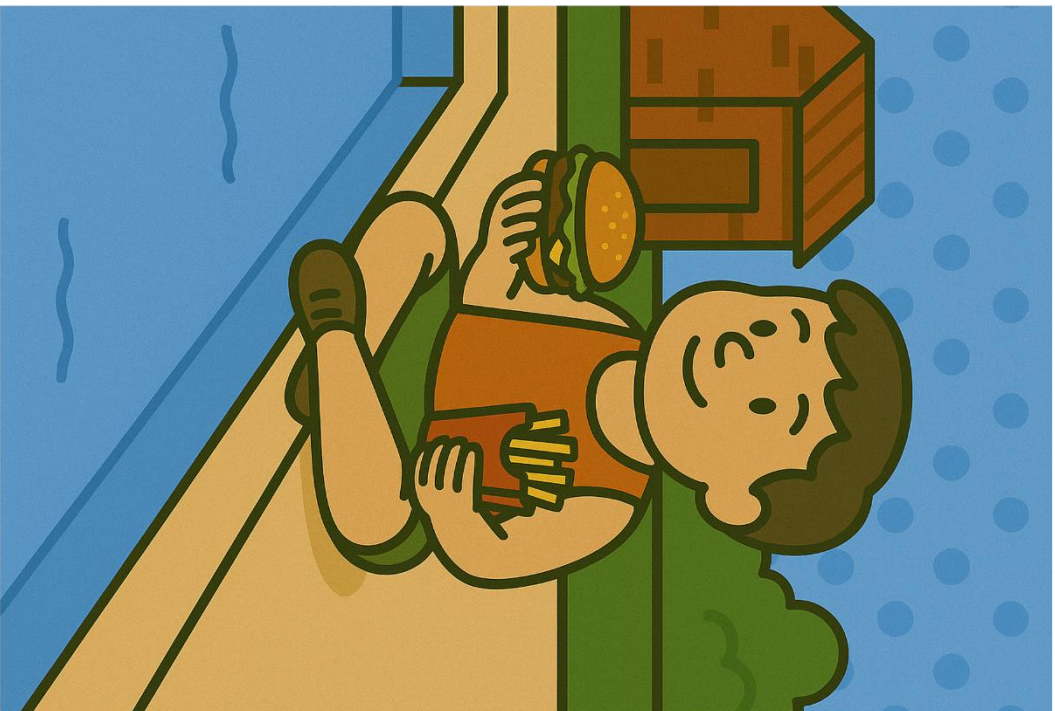
Wenn ich Probleme im Wasser habe, dann rufe ich laut um Hilfe und winke mit den Armen. Ich helfe anderen, wenn sie im Wasser Probleme haben. Ich rufe nie Hilfe, wenn alles in Ordnung ist.



Wenn ich draußen bade, gehe ich sofort aus dem Wasser, wenn es blitzt, donnert oder stark regnet. Baden bei Gewitter ist lebensgefährlich.



Ich gehe weder hungrig noch direkt nach dem Essen
ins Wasser.

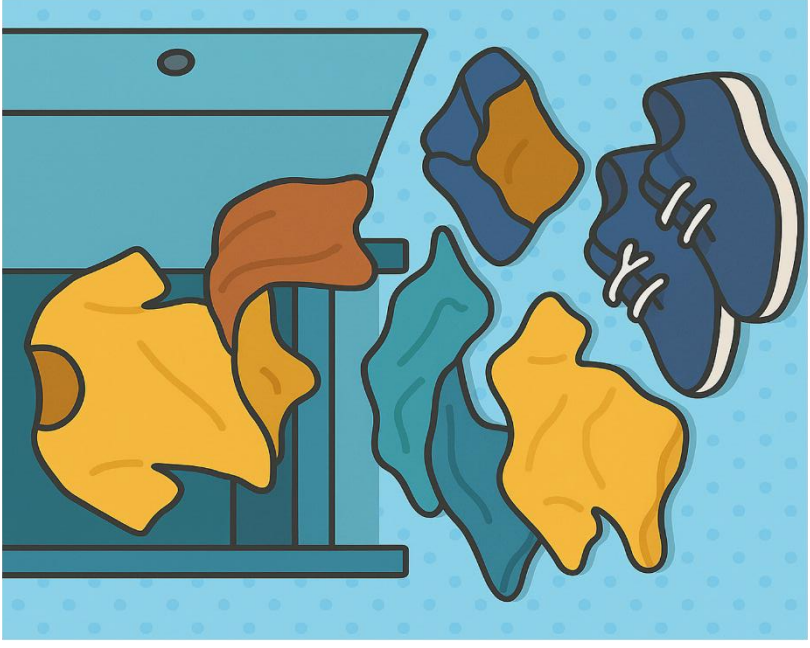


Unsere Regeln



- -----
- -----
- -----
- -----
- -----
- -----

Falsch



Richtig



Materialdienst

- Du hilfst beim Verteilen und Einsammeln der Materialien.



Ordnungsdienst

- Du kontrollierst die Ordnung in der Umkleide.



Zeitdienst

- Umziehzeiten
- Duschzeiten
- Föhnzeiten



Fundstückdienst

- Du kontrollierst die Umkleide & Spinde.
- Du sammelst liegengebliebene Gegenstände ein.



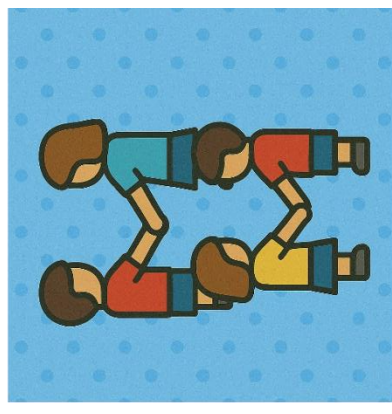
Notfalldienst



- Du bringst das 1. Hilfe Set mit zum Schwimmbad.



Aufstellungsdienst



- Du achtest darauf, dass sich alle Schüler*innen für die Wege ordentlich aufstellen.



Schlüsseldienst



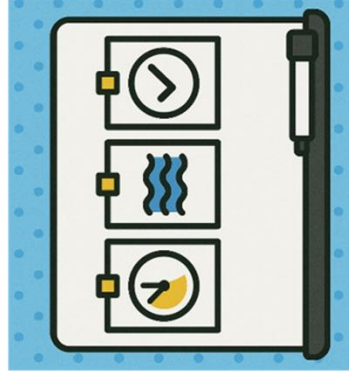
- Du sammelst alle Spindschlüssel ein.

Schmuckdienst



- Du kontrollierst, dass alle Schüler*innen den Schmuck abgelegt haben.

Tafeldienst



- Du hilfst bei der Stundenstruktur.

Lautstärkedienst

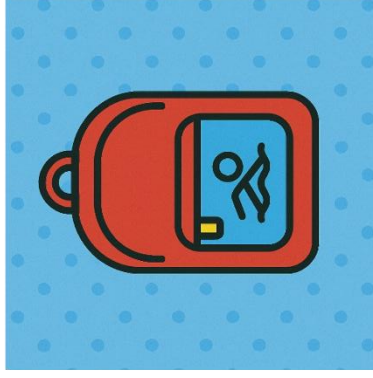


- Du sorgst für Ruhe, wenn die Klasse zu laut ist.



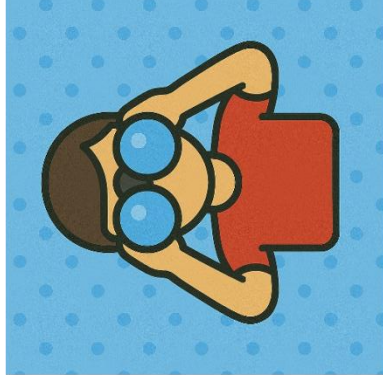
Taschendienst

- Du kontrollierst vor uns nach dem Schwimmunterricht, dass alle ihre Schwimmflasche dabei haben.



Beobachtungsdienst

- Du beobachtest, die anderen Schüler*innen und bekommst einen Auftrag.



Toilettendienst

- Du behältst mit im Blick, wer zur Toilette geht und wiederkommt.



Regeldienst

- Du achtest darauf, dass die vereinbarten Regeln eingehalten werden.



Geheimer Oktopus

Das Spiel „Der geheime Oktopus“ eignet sich besonders im Schwimmunterricht, um auf spielerische Weise soziales Verhalten, Regelbewusstsein und Rücksichtnahme zu fördern. Positive Verhaltensweisen können gezielt gestärkt werden, ohne einzelne Kinder bloßzustellen.

Ablauf:

- 1. Heimliche Auswahl:** Die Lehrkraft wählt zu Beginn der Stunde heimlich ein Kind aus – den „geheimen Oktopus“.
- 2. Beobachtung:** Während des Schwimmunterrichts wird das Verhalten dieses Kindes still beobachtet – z. B., ob es sich an die Schwimmregeln hält, gut mitmacht, usw.
- 3. Auflösung:** Am Ende des Schwimmunterrichts (z.B. im Rahmen einer Reflexion) wird aufgelöst, ob das geheime Kind es „geschafft“ hat. Der Name des Kindes wird als positive Verstärkung genannt, wenn es gut funktioniert hat. Falls es nicht funktioniert hat, bleibt das Kind anonym.

Inki und der geheime Oktopus

Tief unten im glitzernden Ozean lebte Inki, der kleine, lila Oktopus mit acht wuselig-weichen Armen. Inki hatte eine ganz besondere Fähigkeit: Er konnte seine Farbe blitzschnell ändern und sich perfekt tarnen. Seine Freunde staunten immer wieder, wie er wie von Zauberhand mit dem Sand, den Korallen oder den Muscheln verschmolz.



Doch Inki nutzte seine Tarnkunst nicht nur zum Spielen. Er hatte eine geheime Mission: Jeden Tag wählte er einen seiner Freunde aus, der der geheime Oktopus war – aber niemand wusste, wer es war!

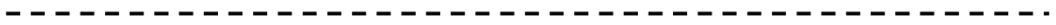
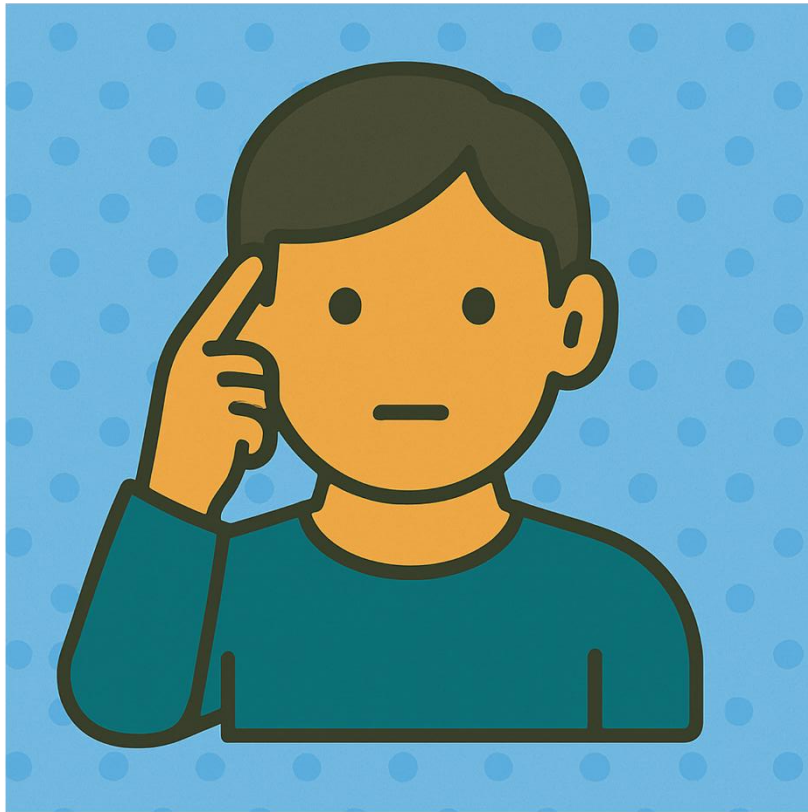
Der geheime Oktopus hatte eine wichtige Aufgabe: sich besonders freundlich, hilfsbereit und aufmerksam zu verhalten – ob beim Spielen, Zuhören oder Helfen. Die anderen wussten es nicht, aber Inki beobachtete genau.

Am Ende des Tages versammelte Inki alle Meeresfreunde und fragte geheimnisvoll: „Wisst ihr, wer heute der geheime Oktopus war?“ Und wenn das geheime Meereskind sich gut verhalten hatte, verriet Inki stolz den Namen – und alle klatschten mit ihren Flossen, Tentakeln oder Scheren Beifall.

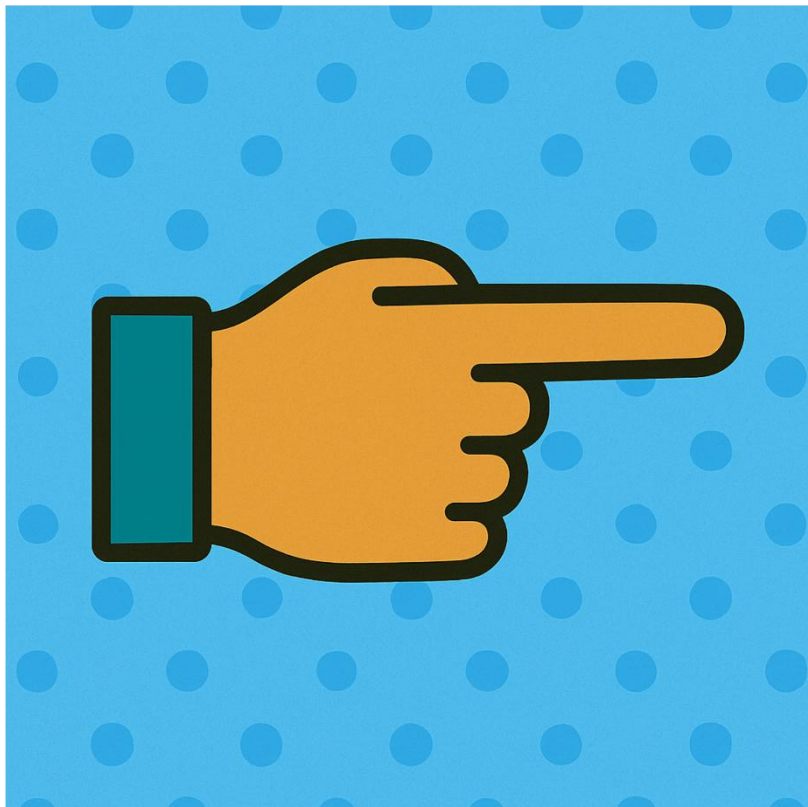
Wenn es mal nicht ganz geklappt hatte, blieb der Oktopus geheim – denn jeder darf üben, besser zu werden.

Seitdem spielen die Meeresfreunde das Spiel jeden Tag. Es macht Spaß, freundlich und rücksichtsvoll zu sein, denn niemand weiß, ob man selbst heute der geheime Oktopus ist!

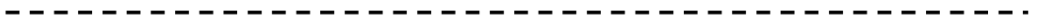
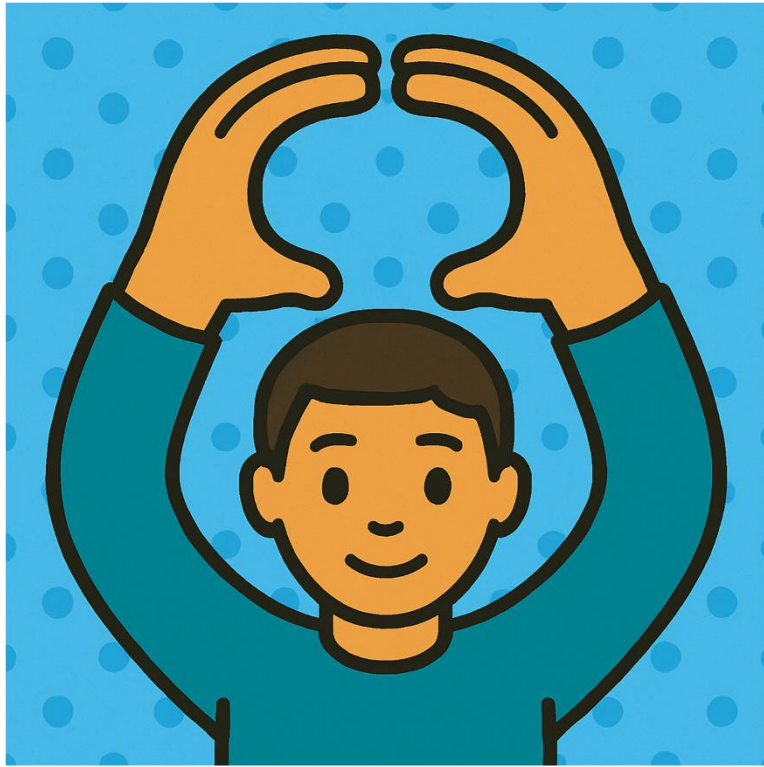
Frage/Hilfe



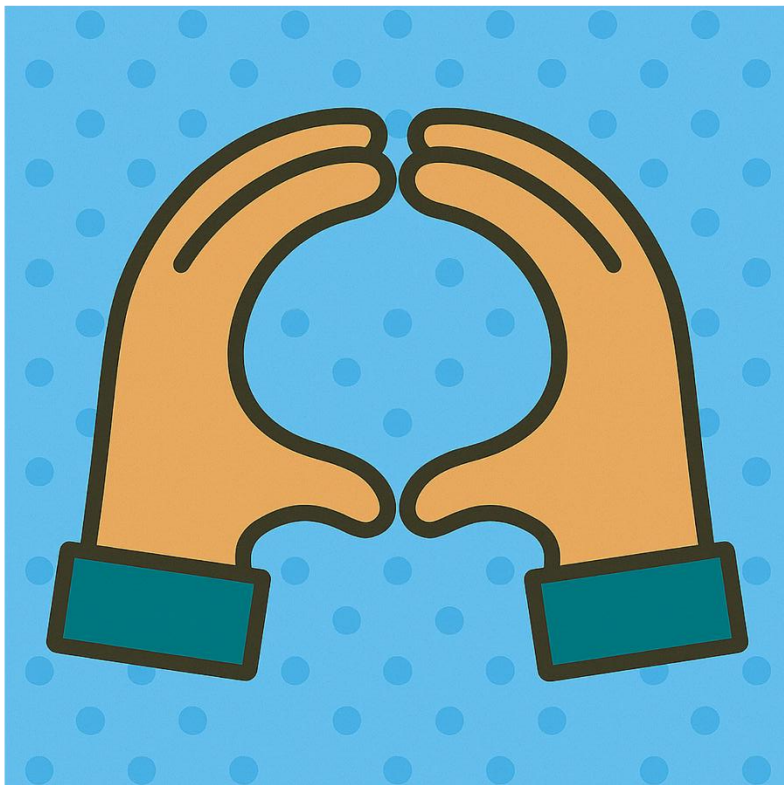
Aus dem Wasser rauskommen



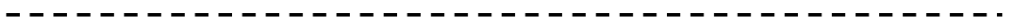
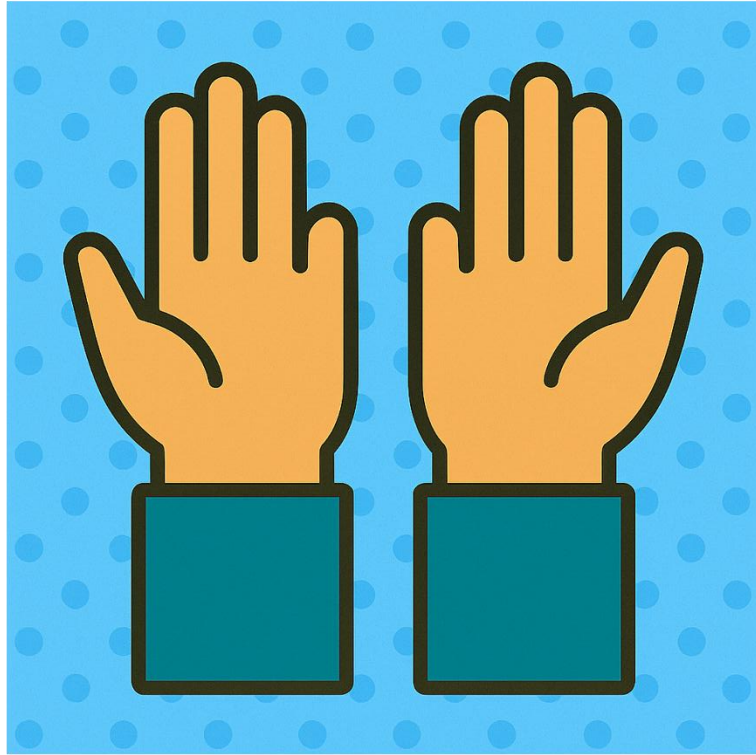
Kreis bilden



Kreis bilden



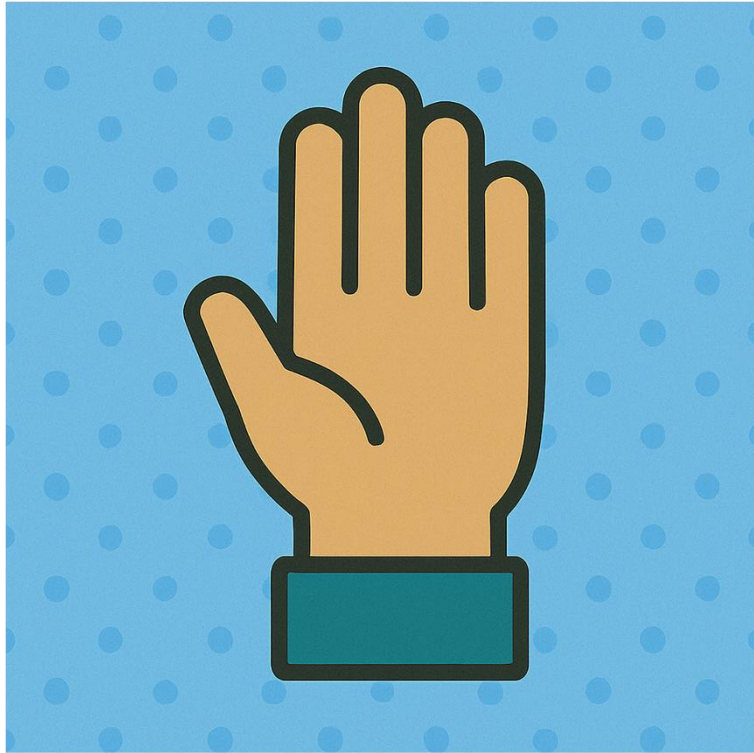
Material weglegen



Ruhe



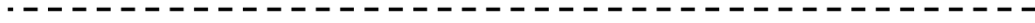
Stopp



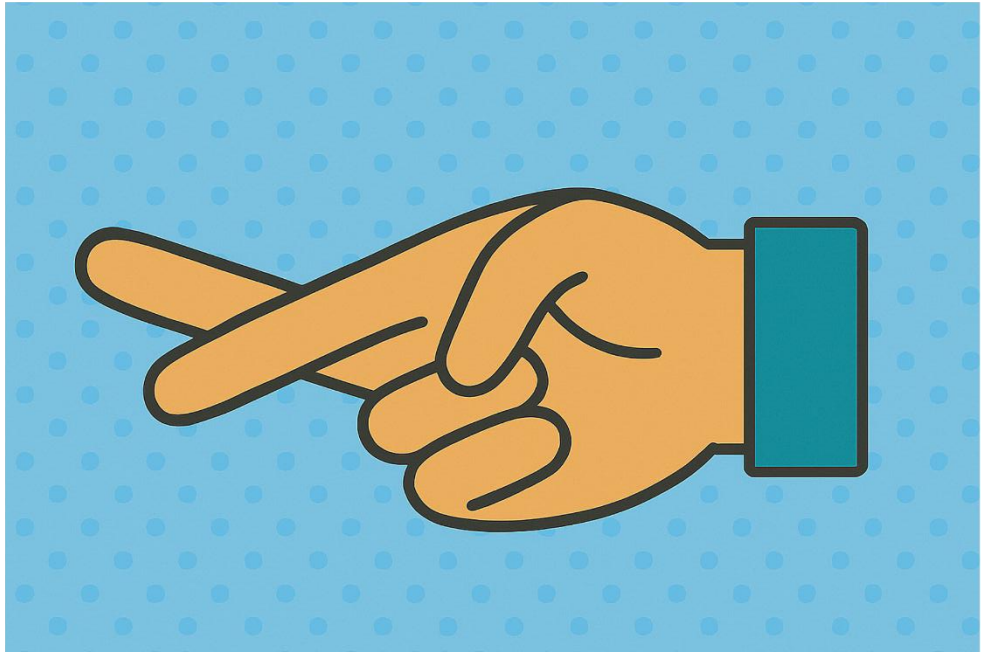
Zuhören



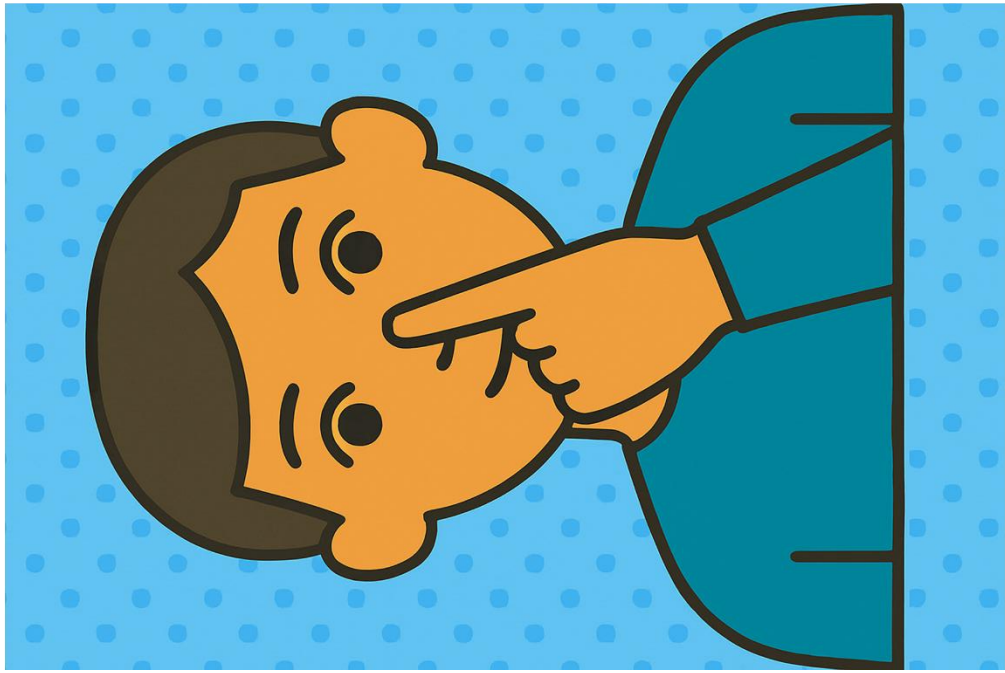
Duschen



Toilette



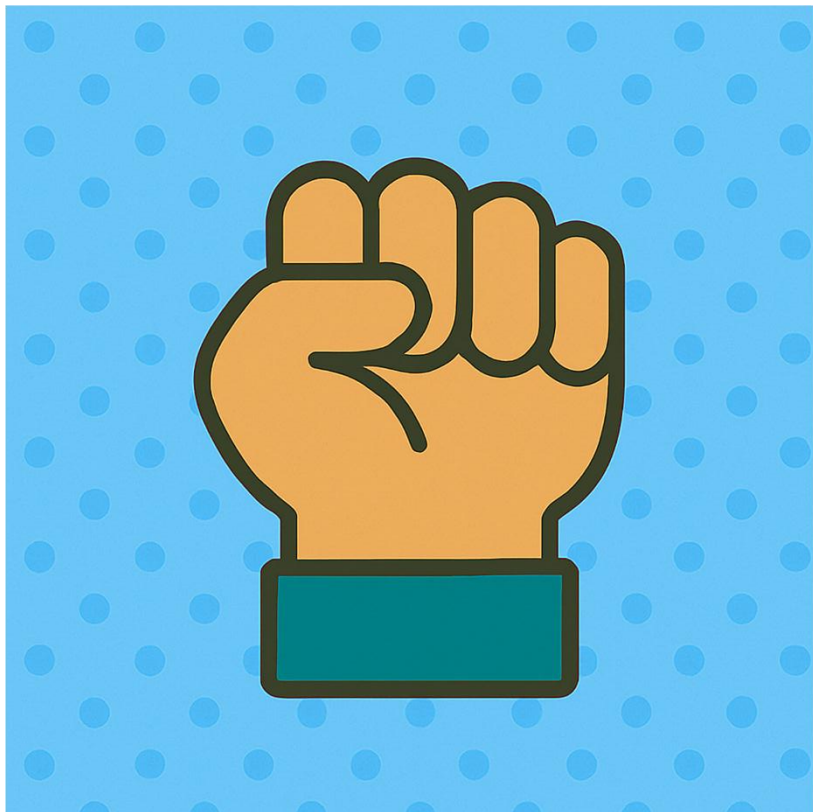
Zugucken



Zusammenkommen



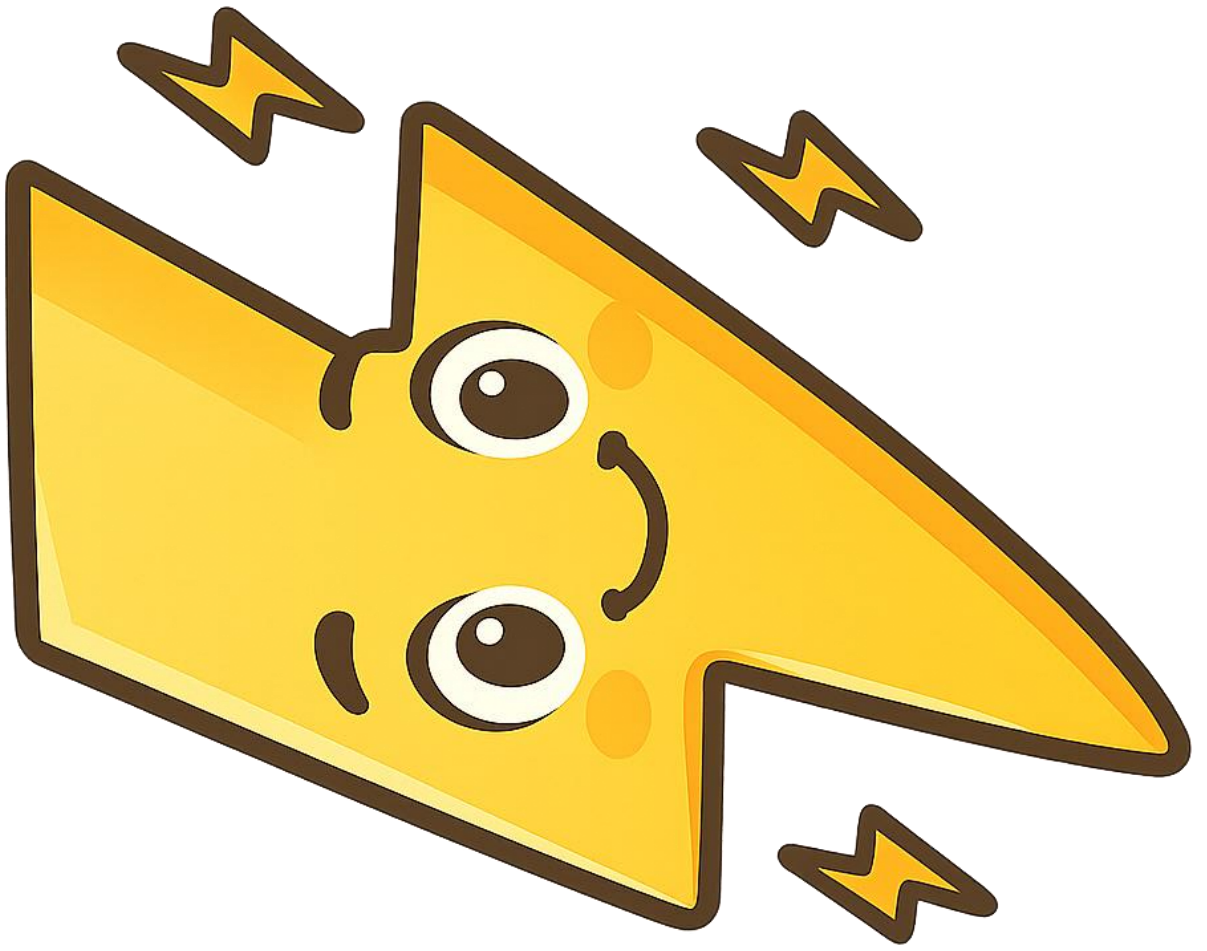
Hinsetzen



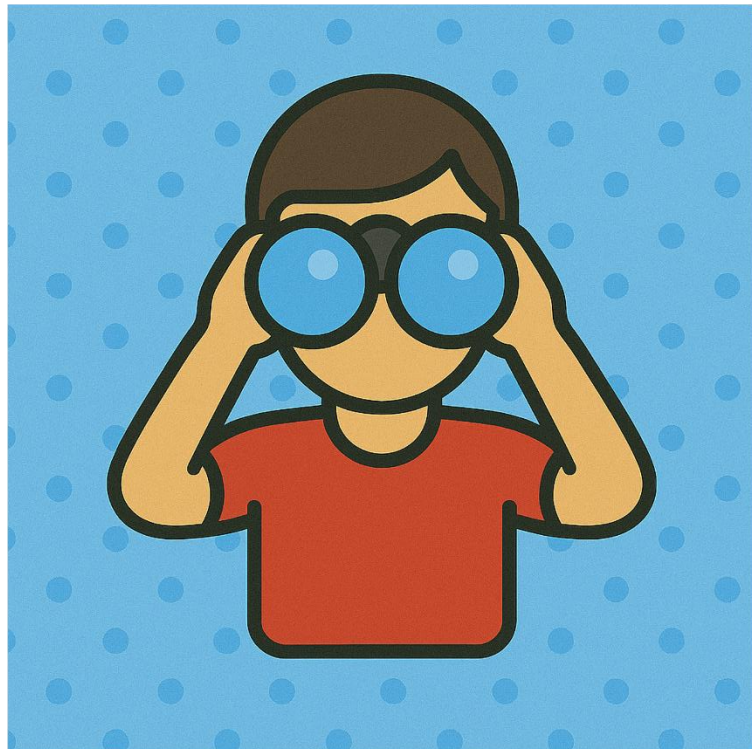








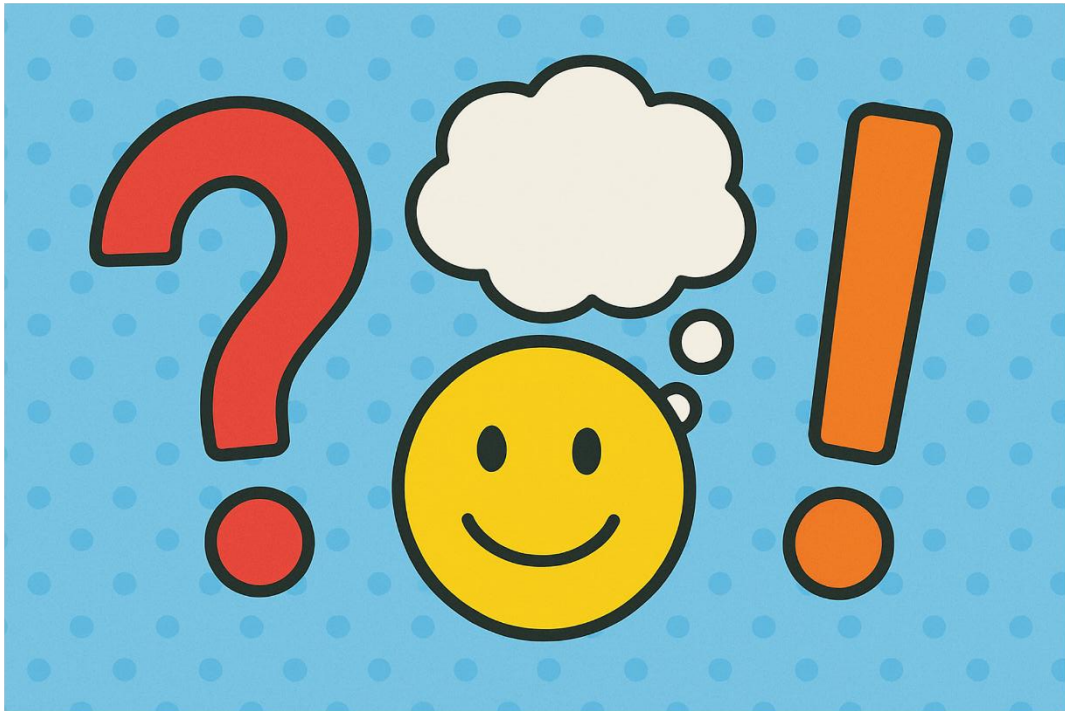
Beobachtungsaufgabe



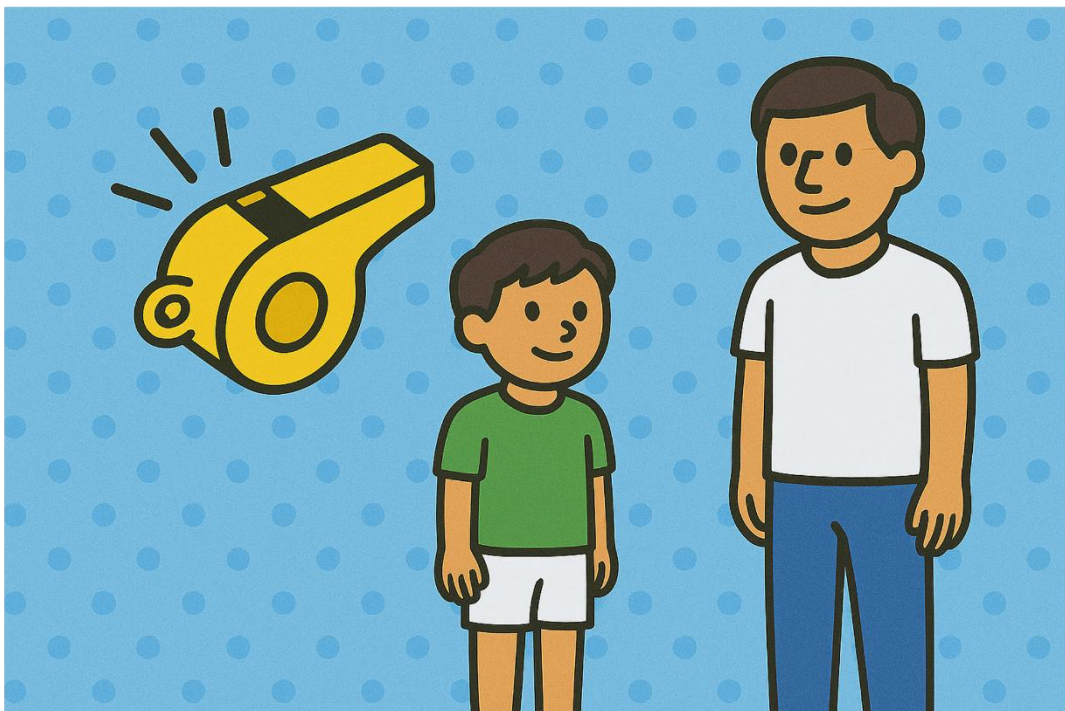
Schreibaufgabe



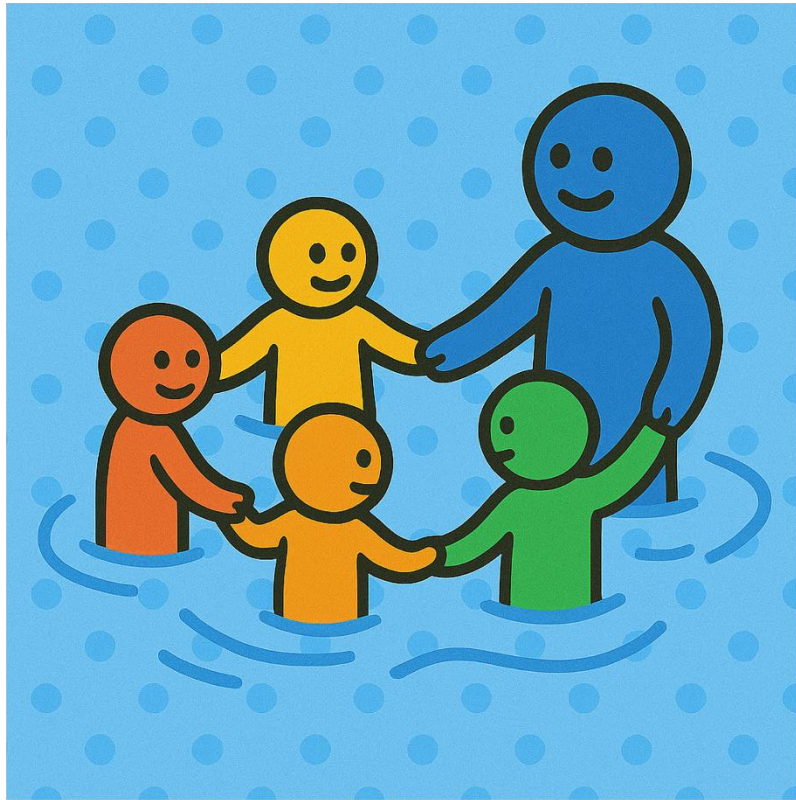
Experiment



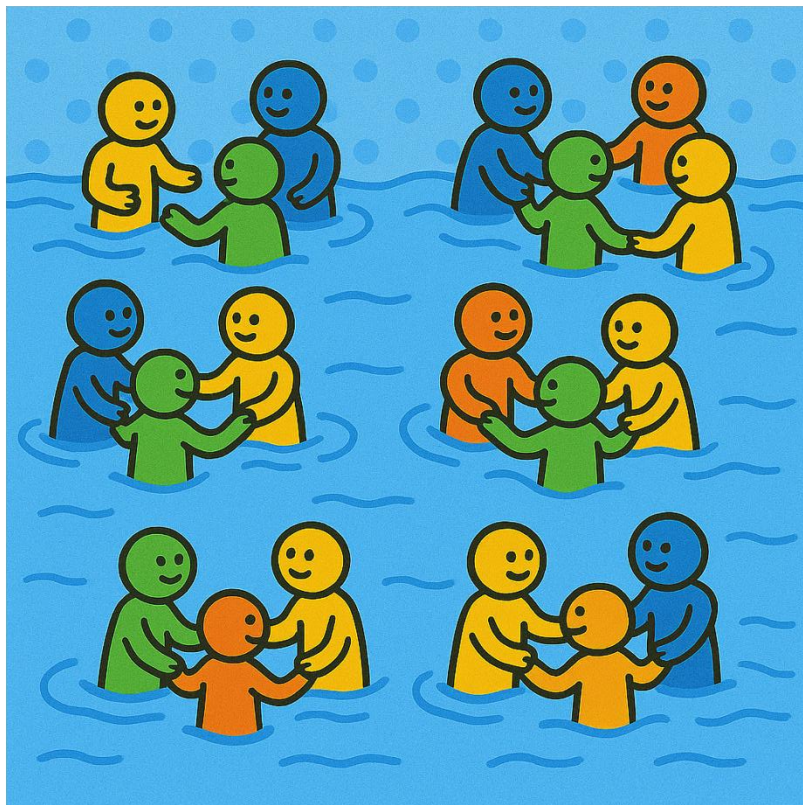
Helfer*in



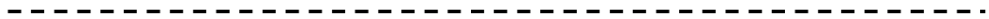
Einstieg



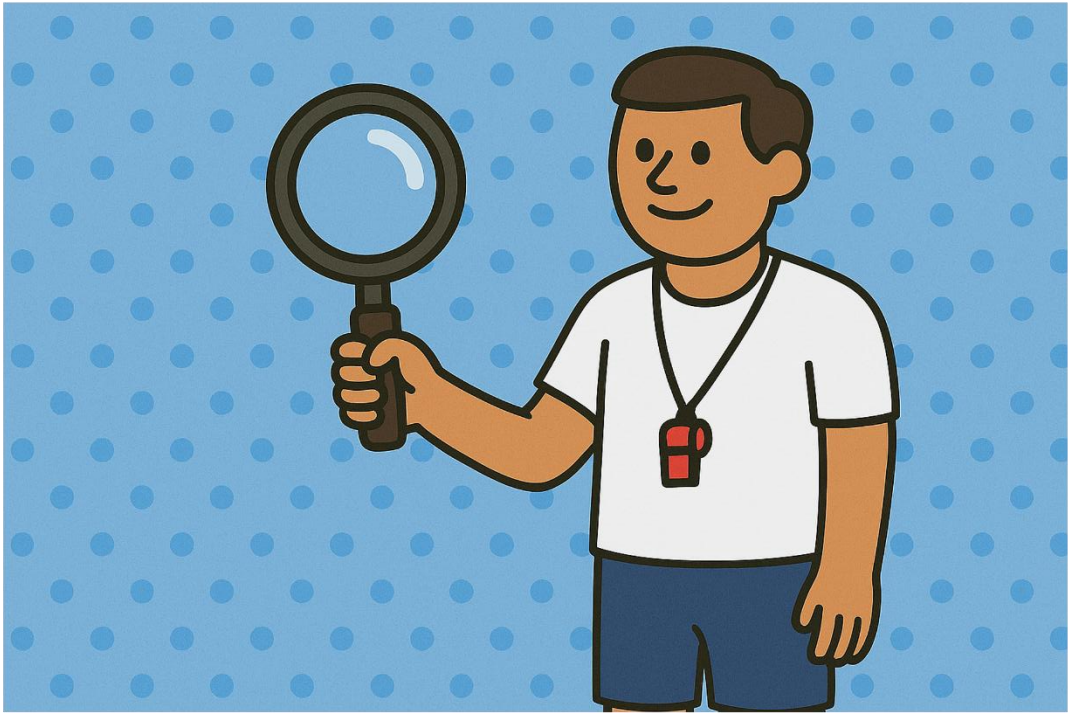
Erarbeitung



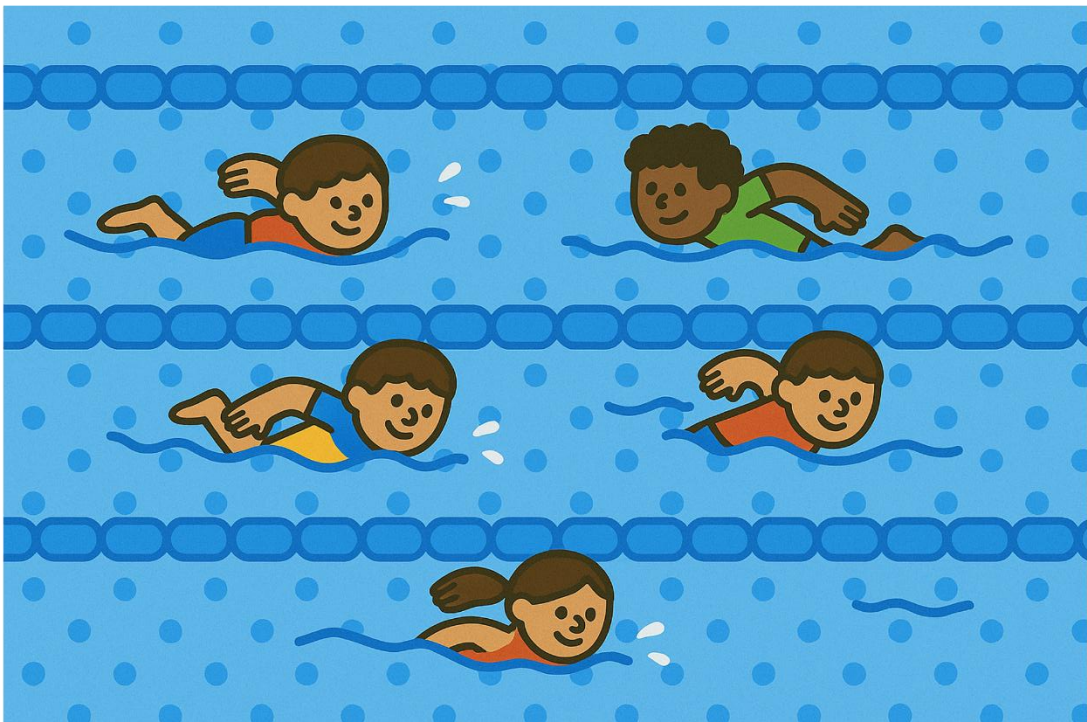
Abschluss



Diagnostizieren



Schwimmen



Spielen



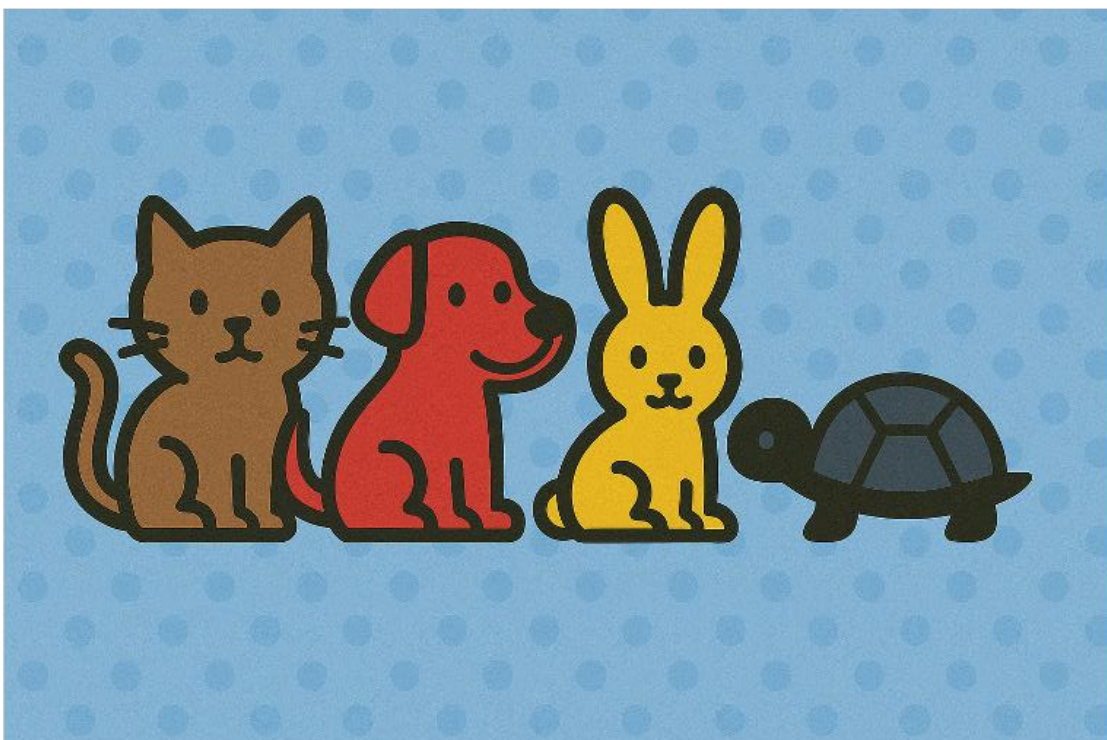
Am Beckenrand aufwärmen



Abzählen (Nummern)



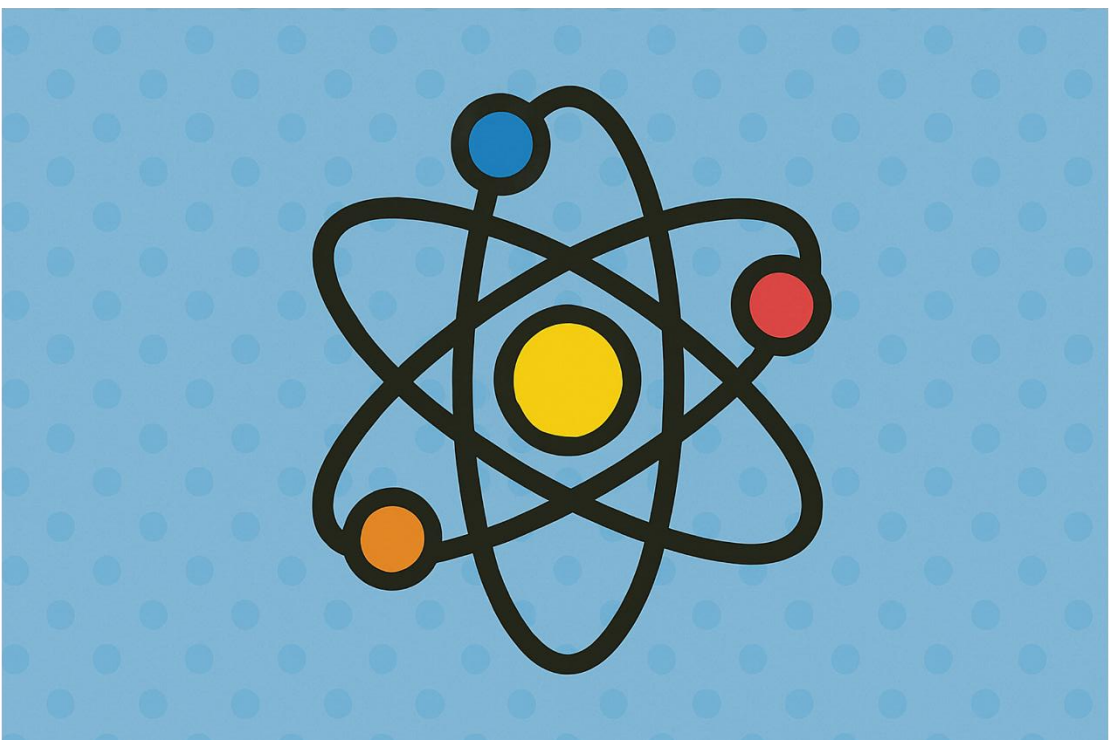
Abzählen (Tiere)



Diagnostik



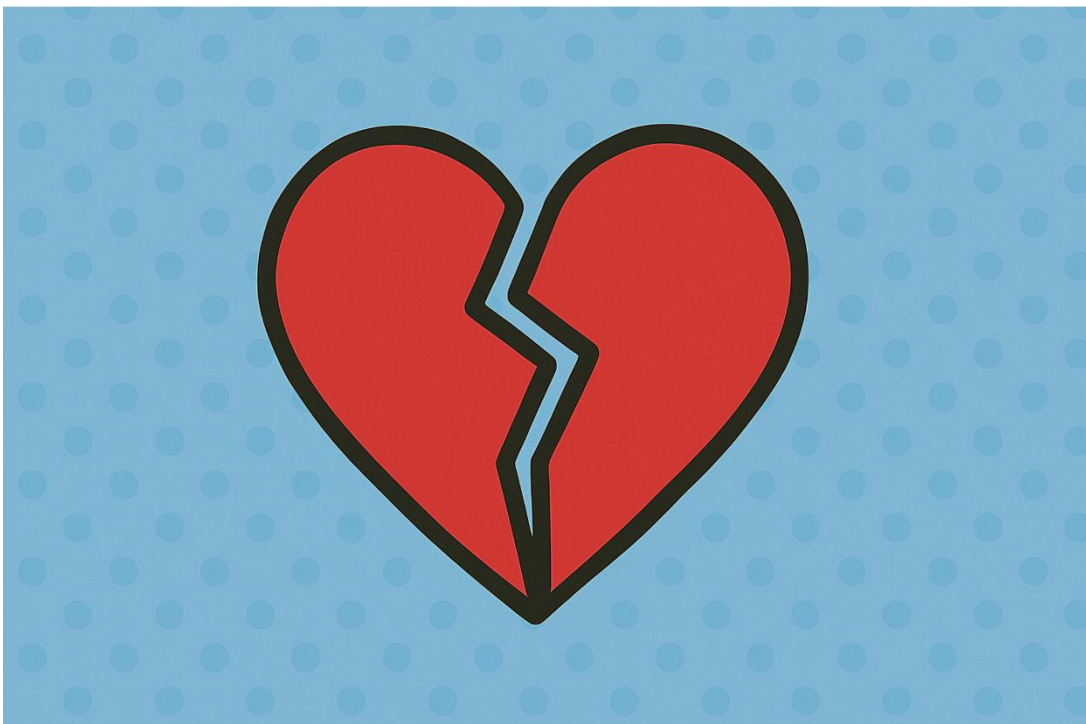
Atomspiel



Kartenziehen



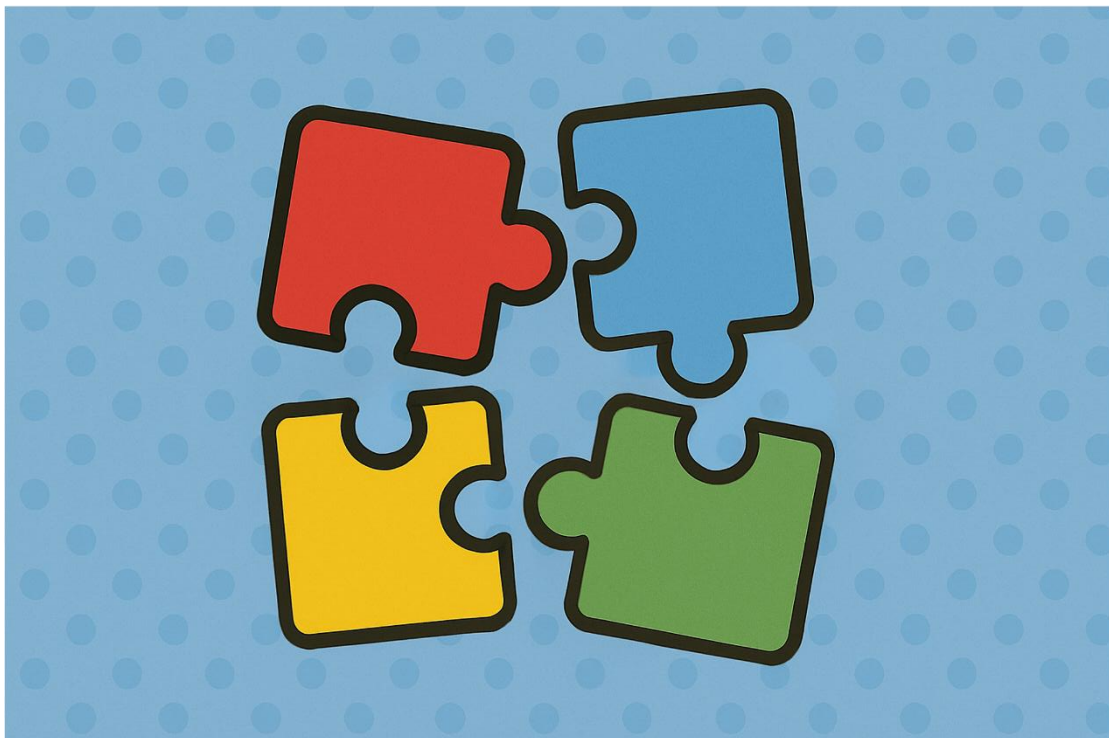
Zu zweit zusammen gehen und getrennt werden



Lose ziehen



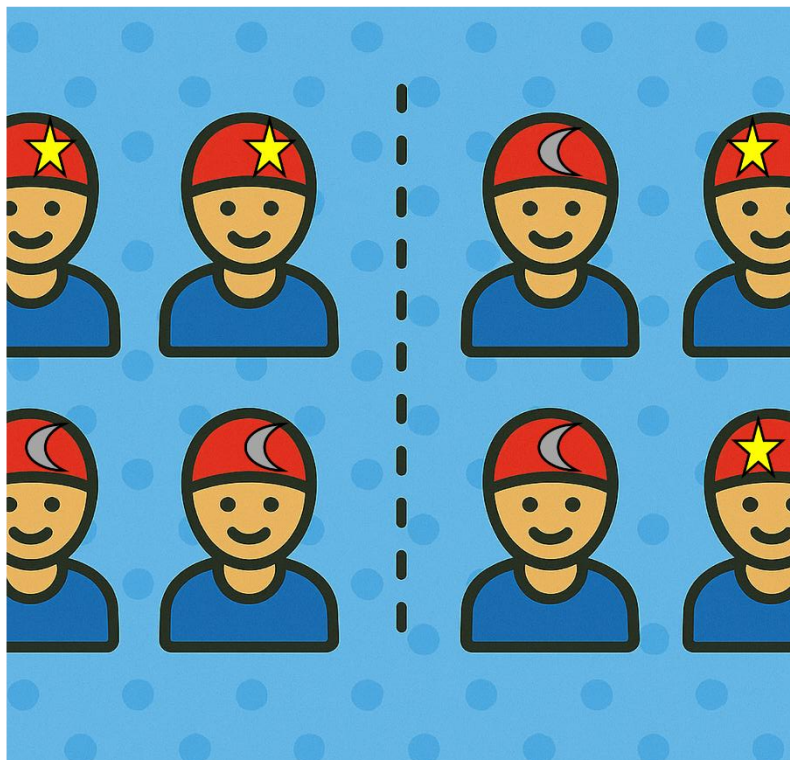
Gruppenpuzzle



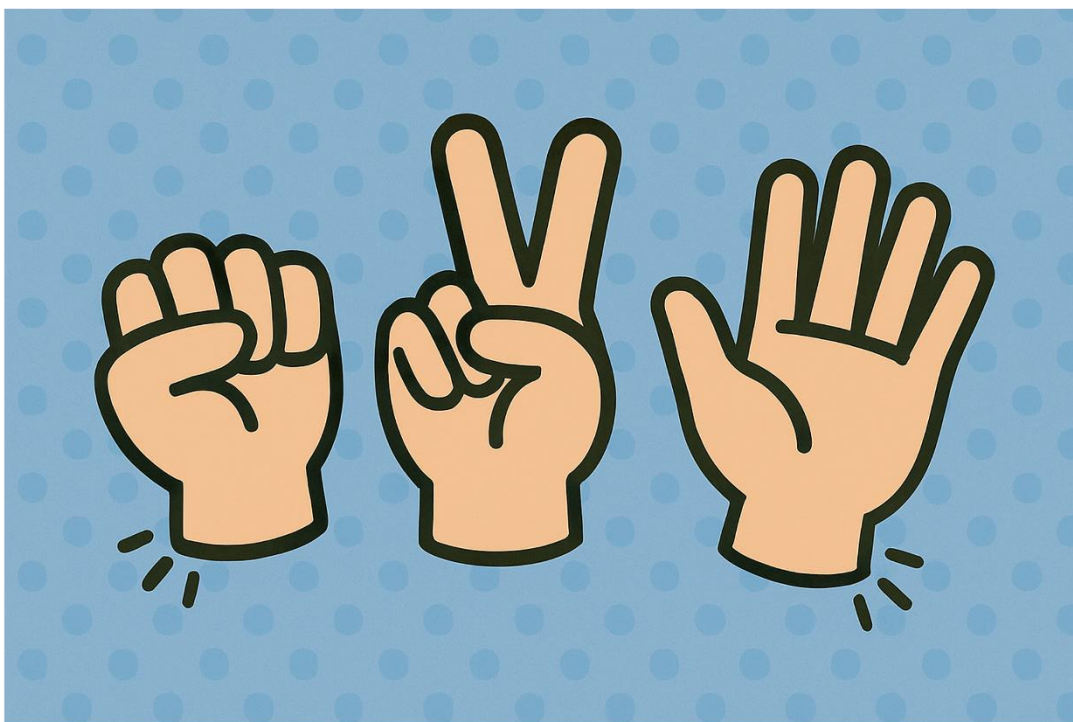
Namenskärtchen



Leistungsklassen bilden und trennen



Schick, schnack, schnuck



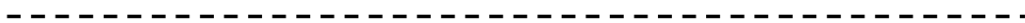
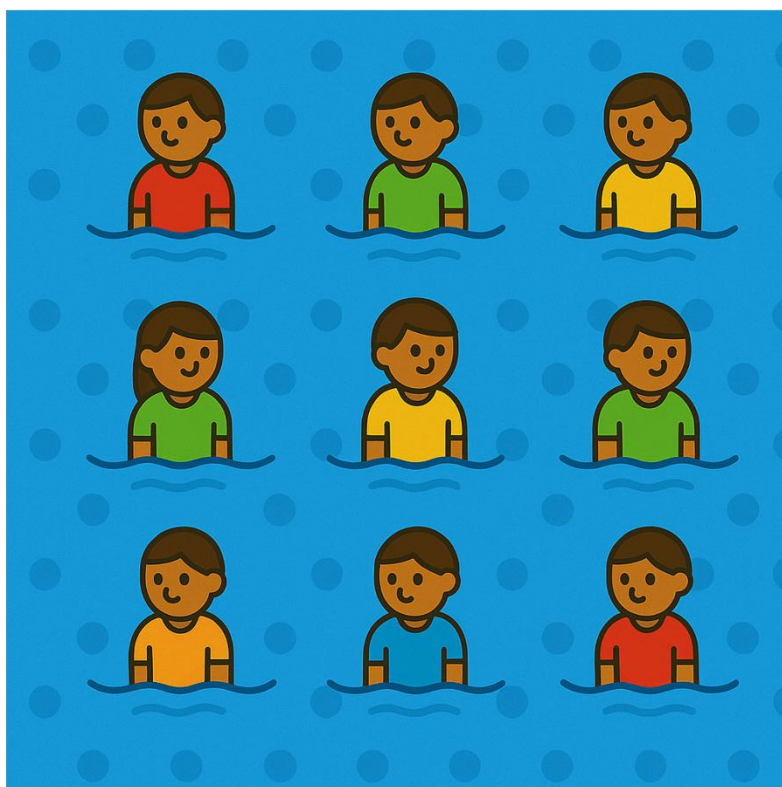
Obstsalat



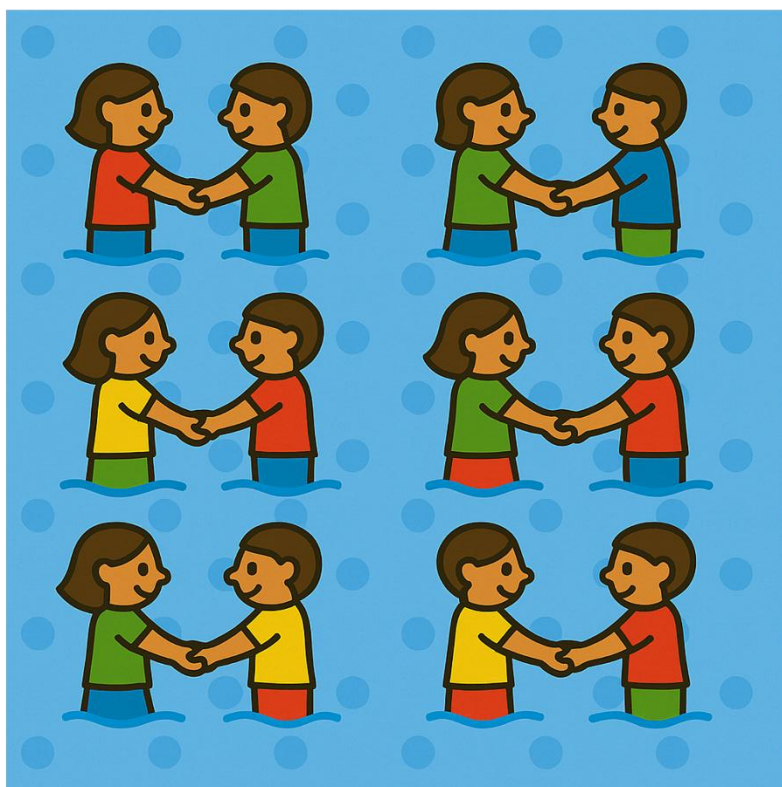
Teamshake



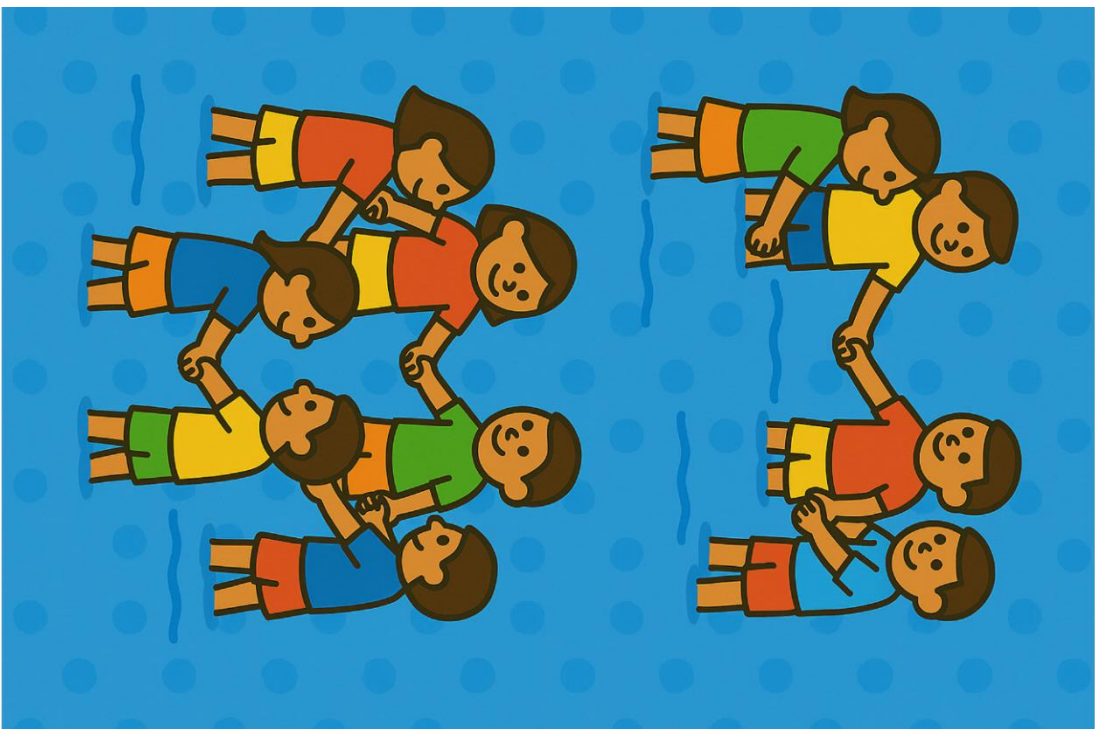
Einzelarbeit



Partner*innenarbeit



Kleingruppenarbeit



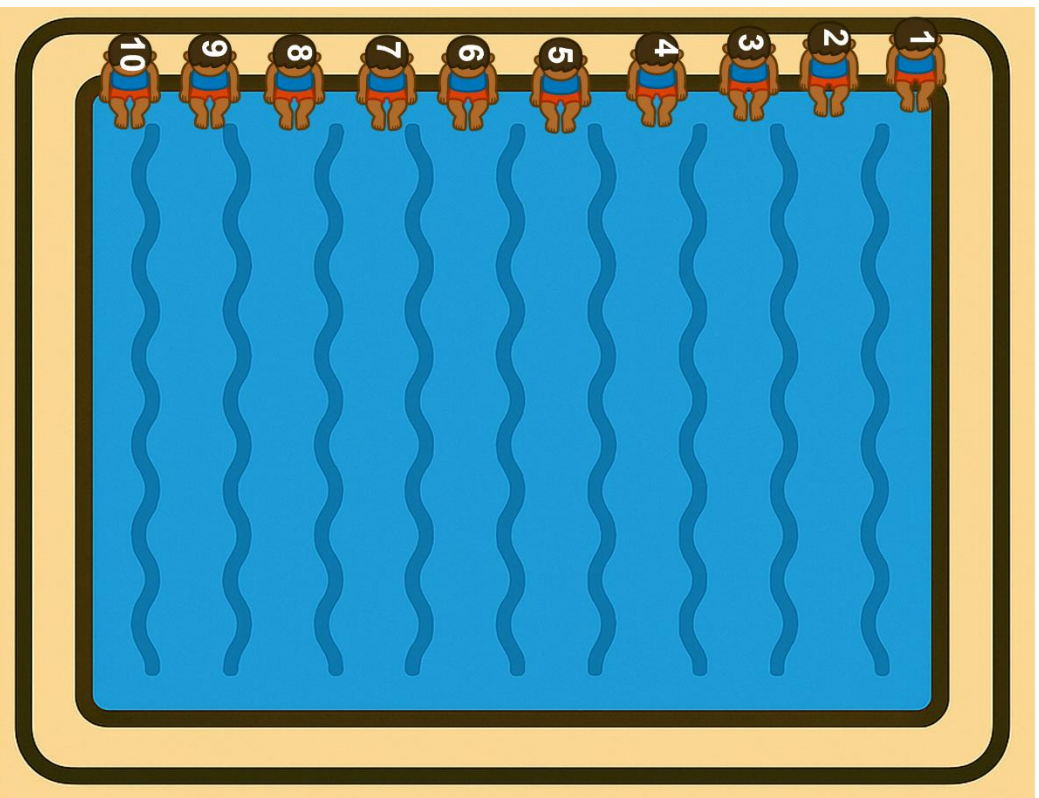
Frontalunterricht



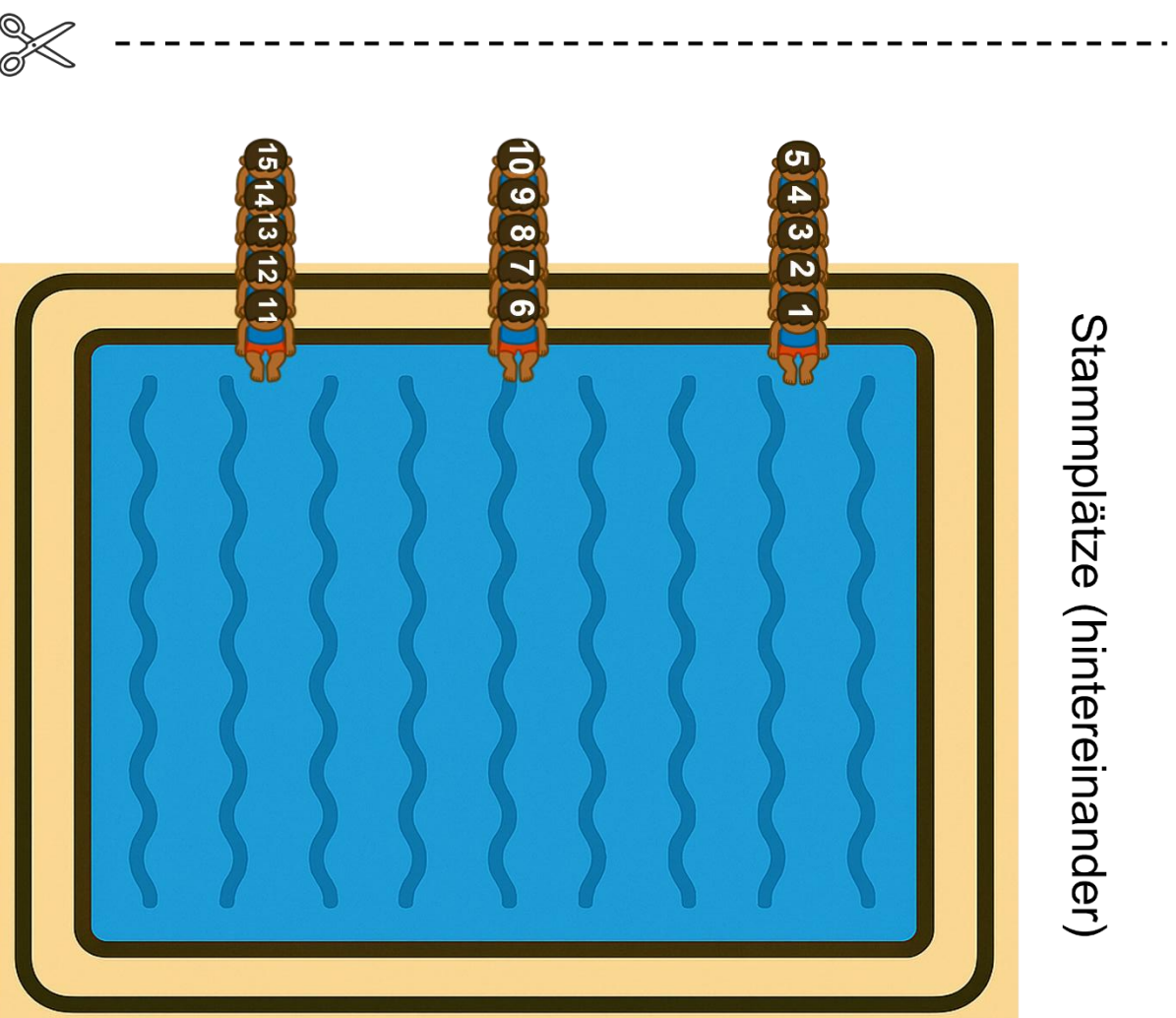
Freiarbeit



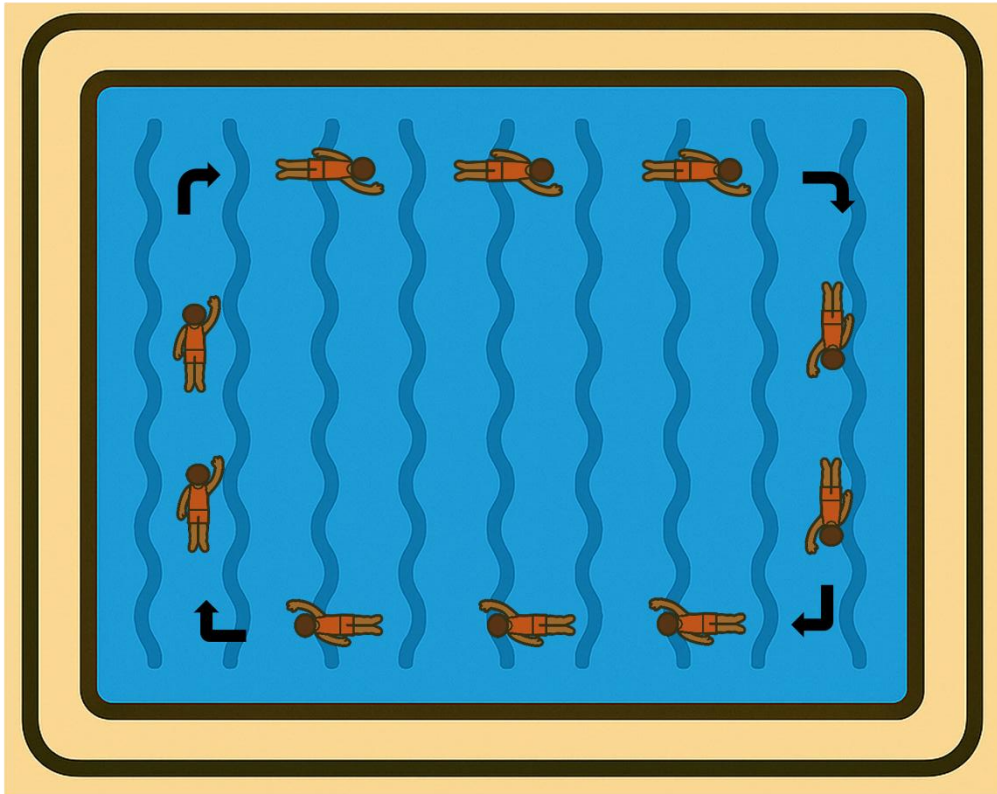
Stammplätze (nebeneinander)



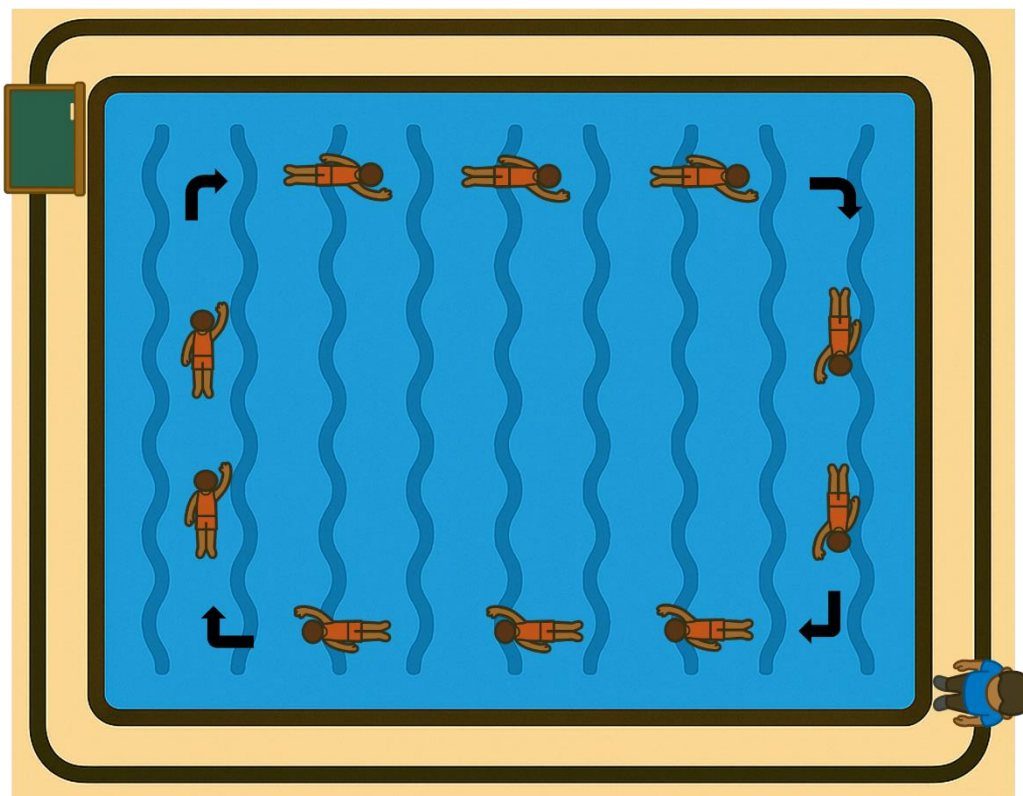
Stammplätze (hintereinander)



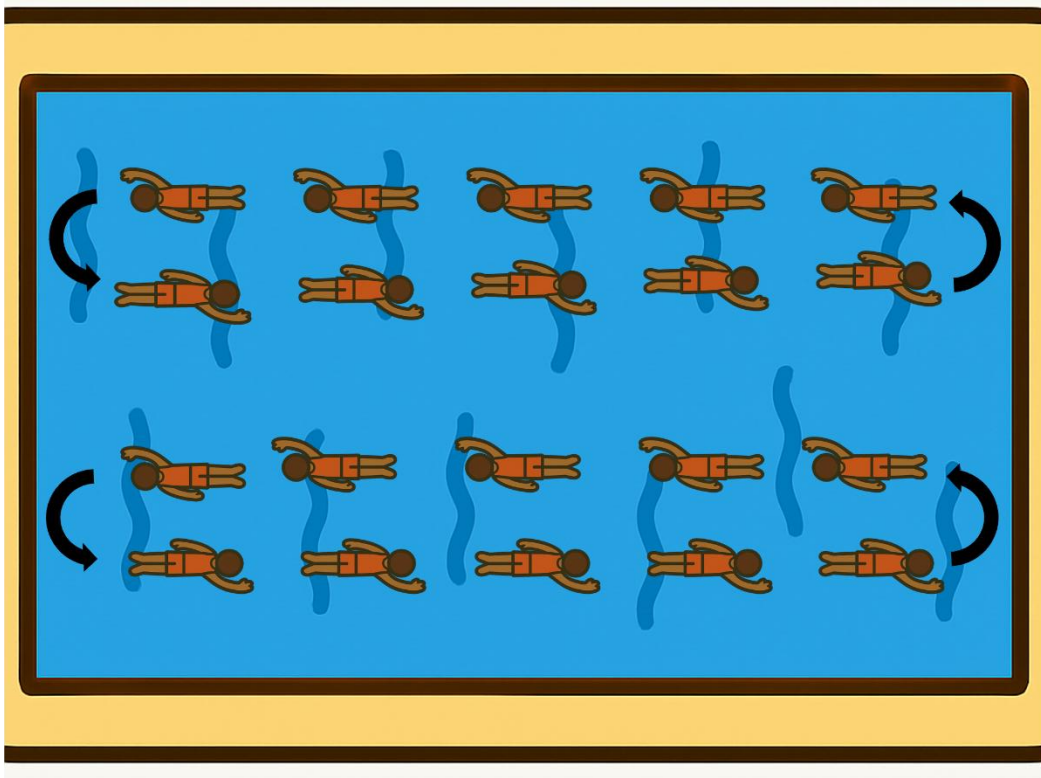
Eckenschwimmen



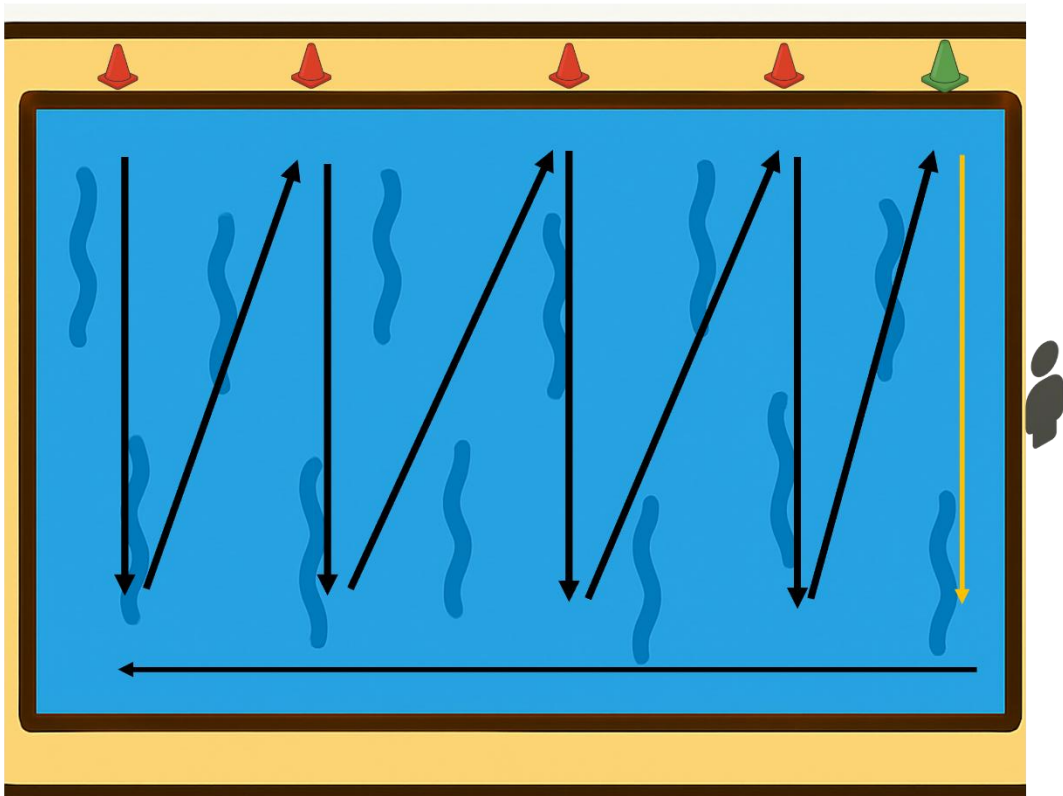
Eckenschwimmen



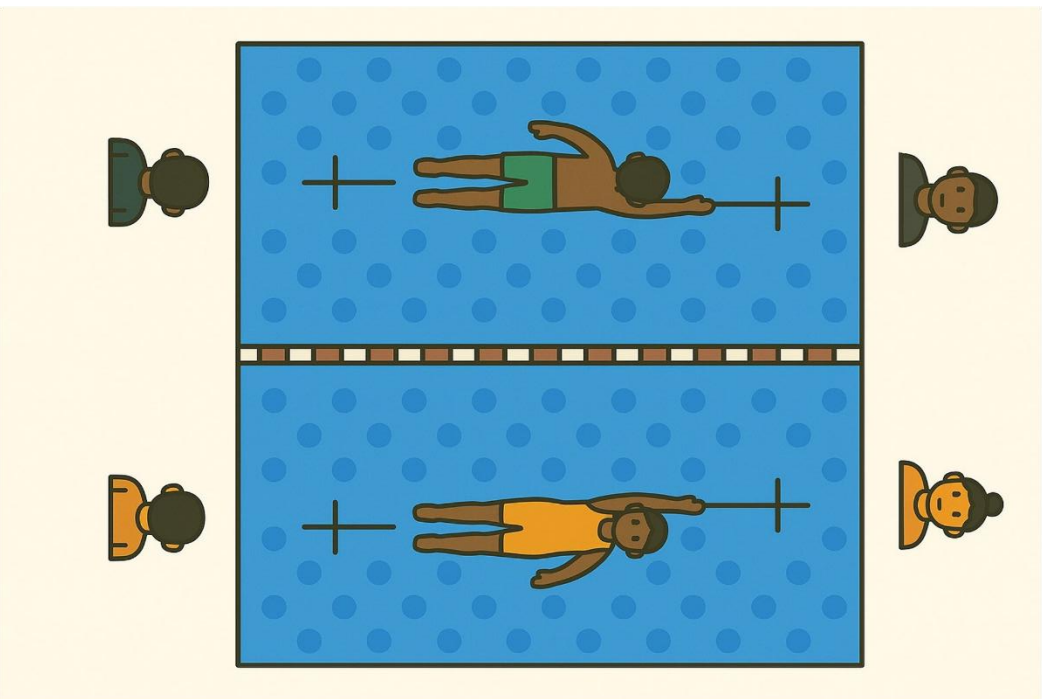
Kreisverkehr



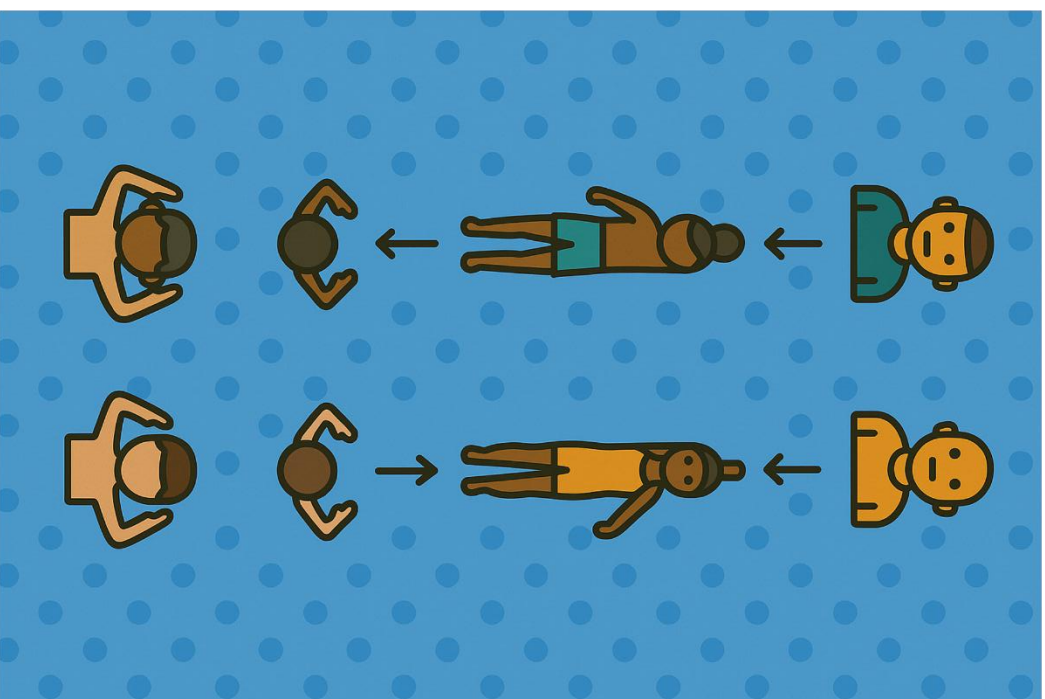
Show-Room-Prinzip



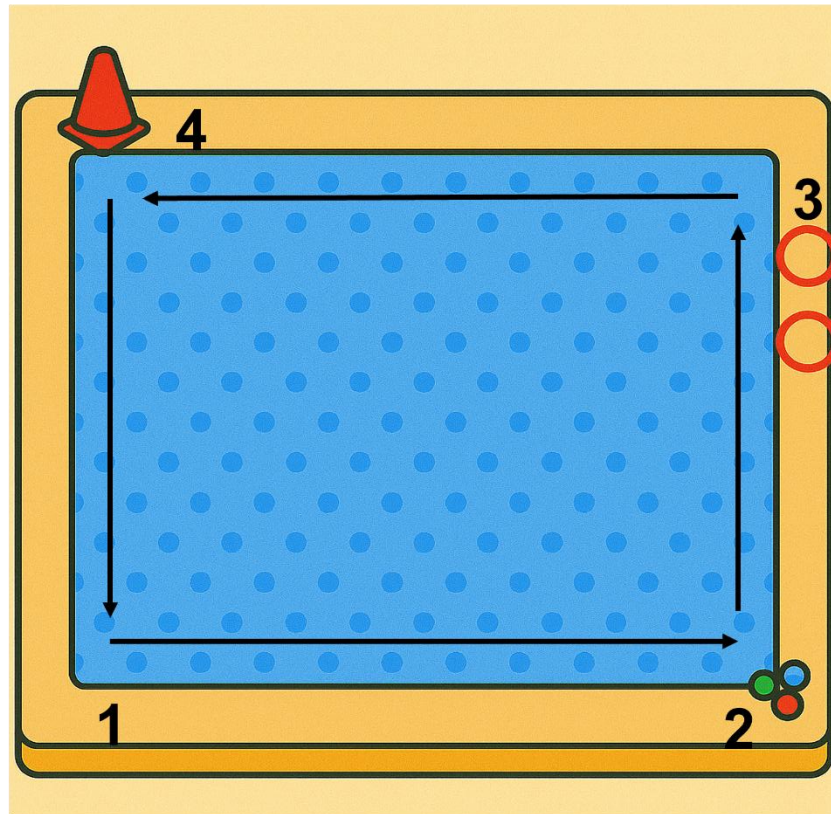
Pendelstaffel



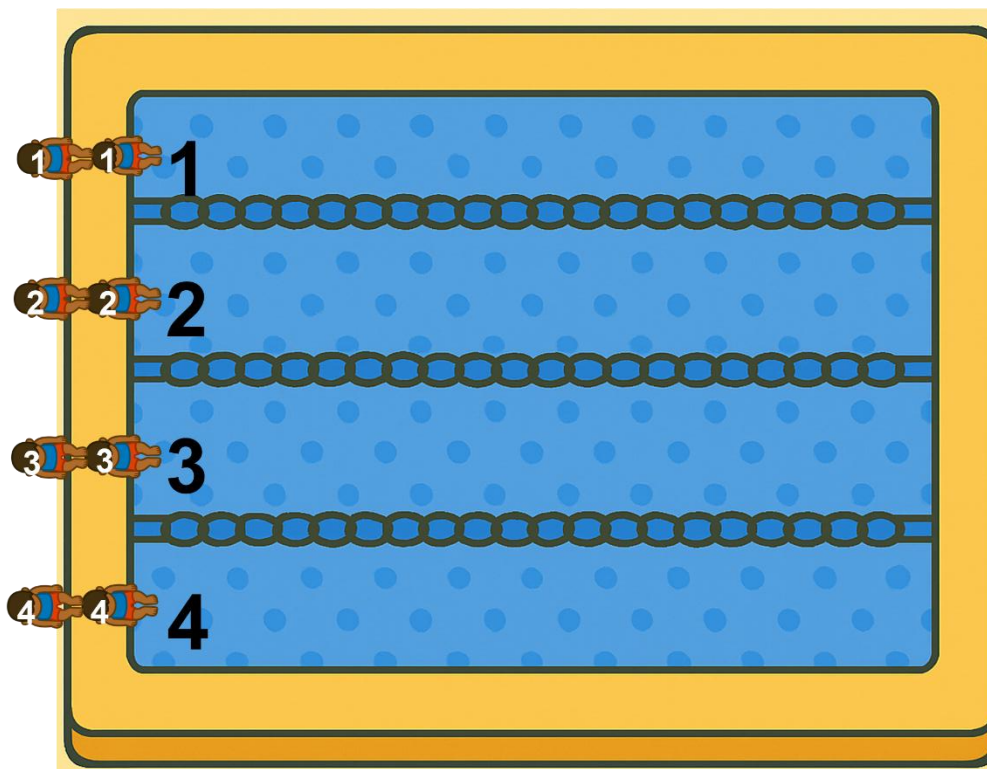
Pendel



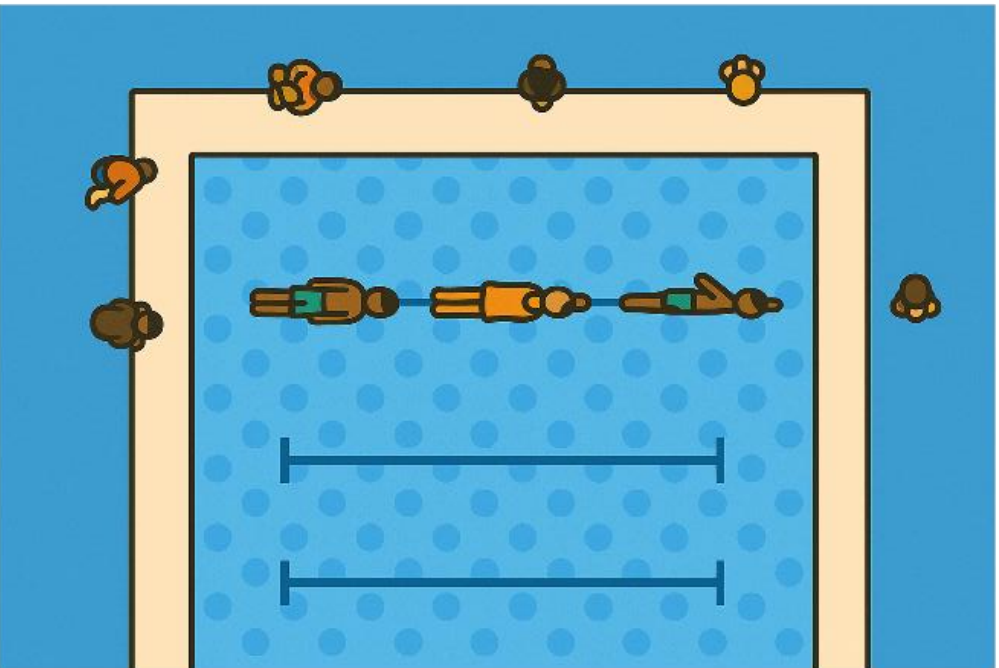
Stationen



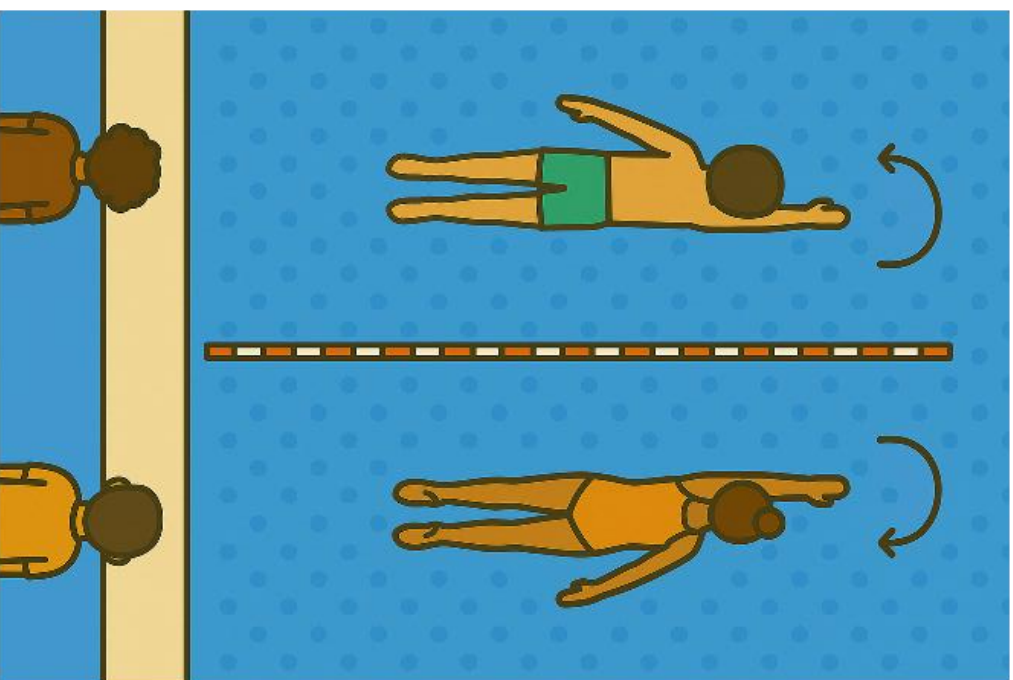
Bahnen nummerieren



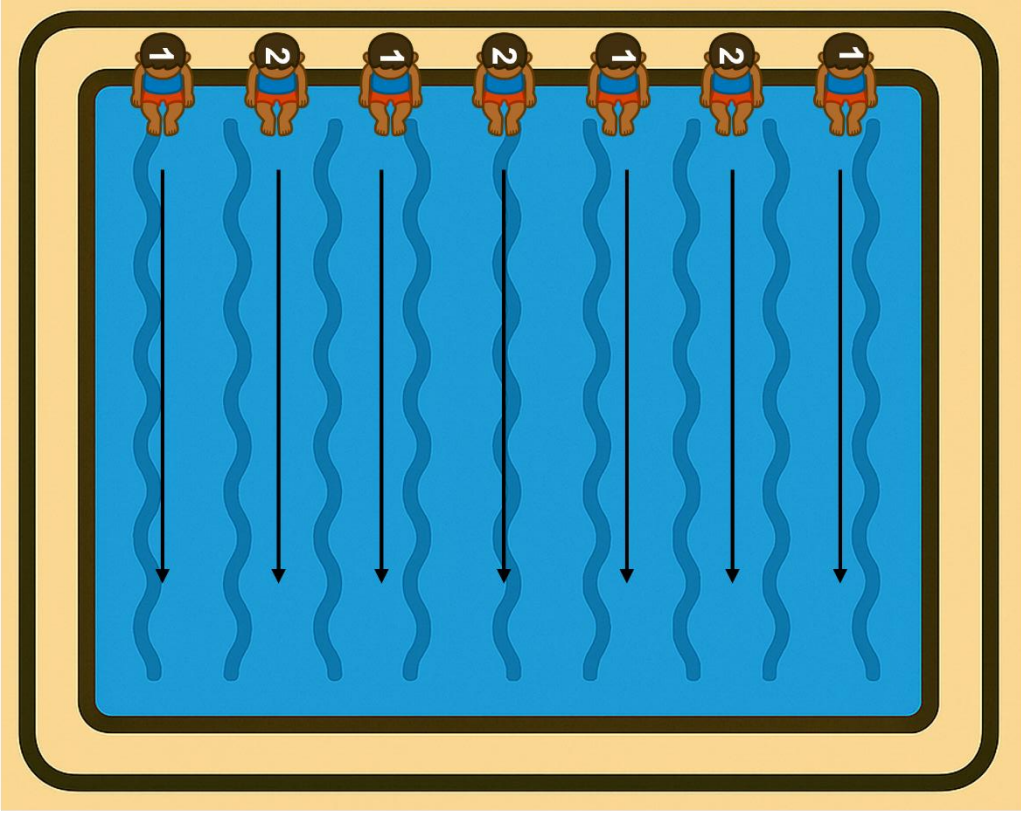
Swim & Walk



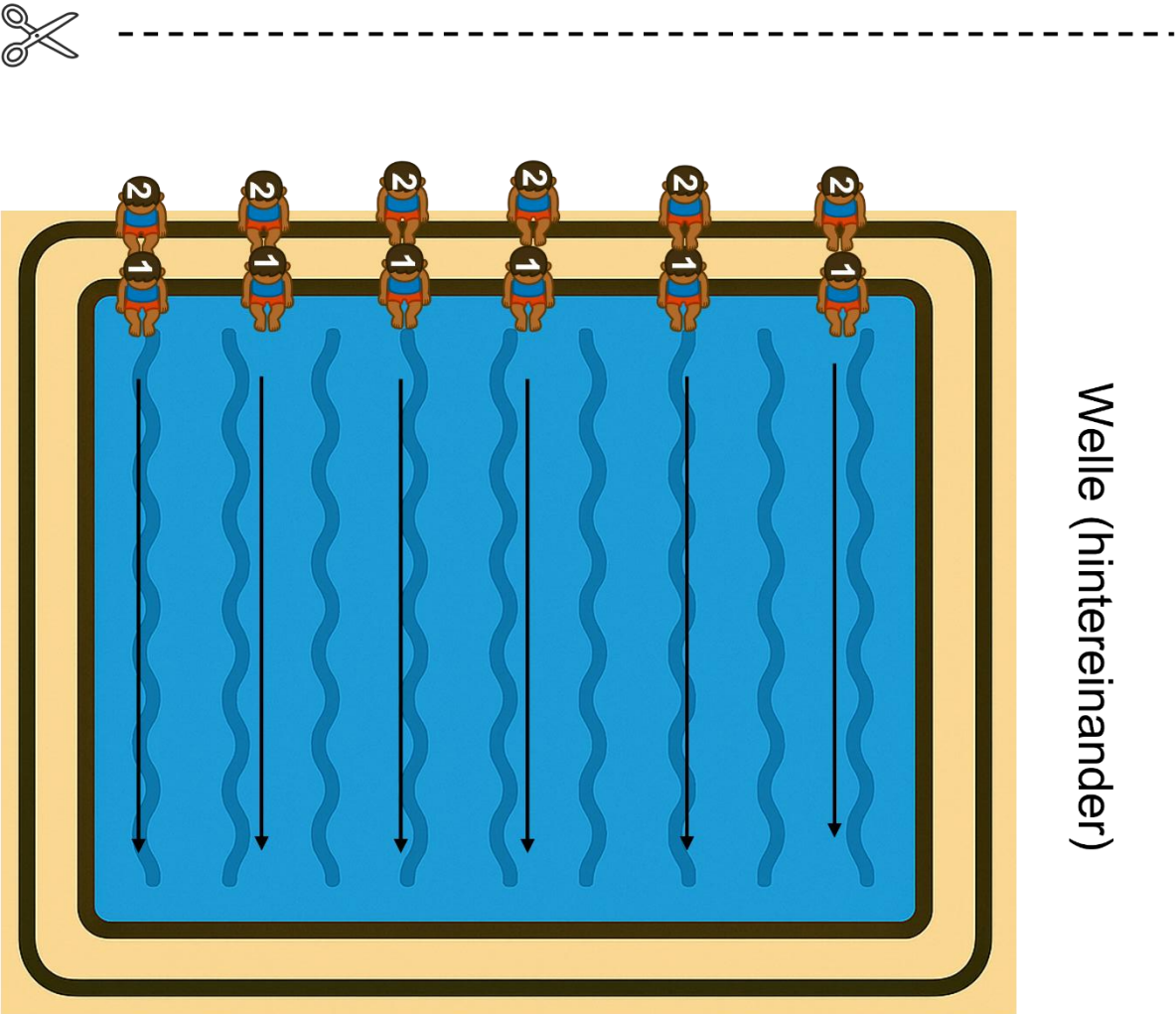
Umkehrstaffel

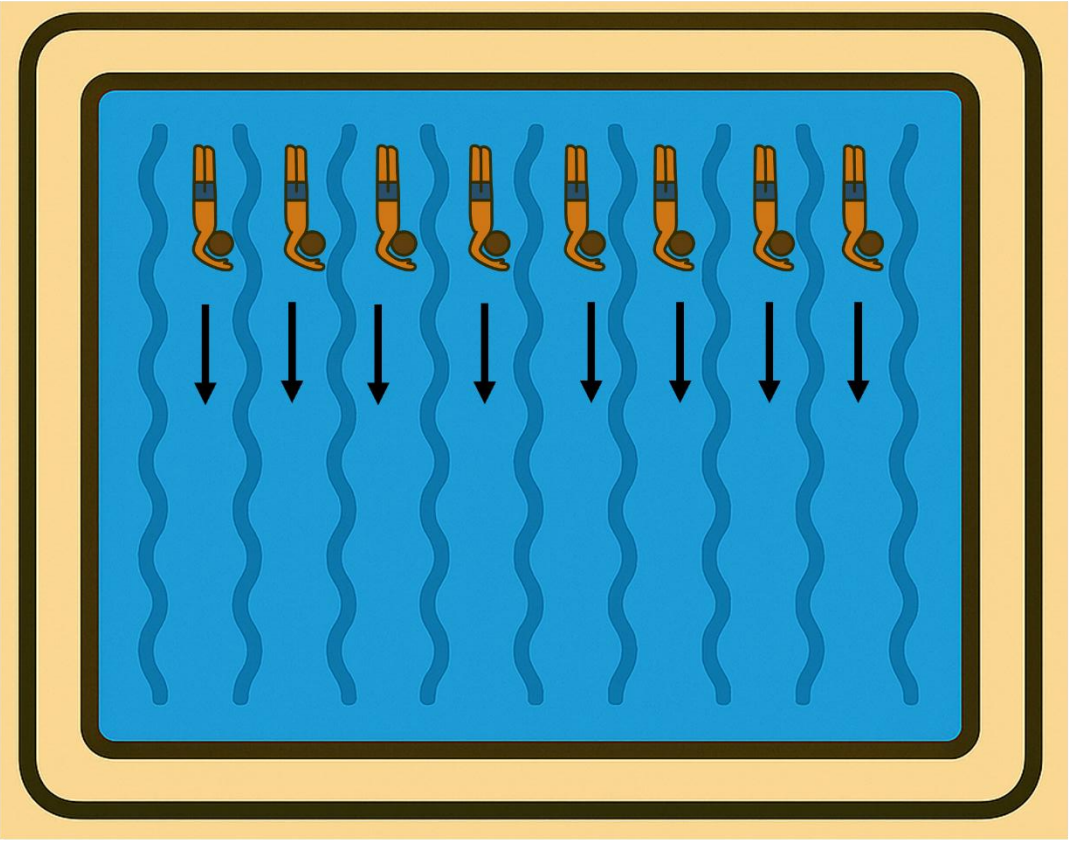


Welle (nebeneinander)



Welle (hintereinander)

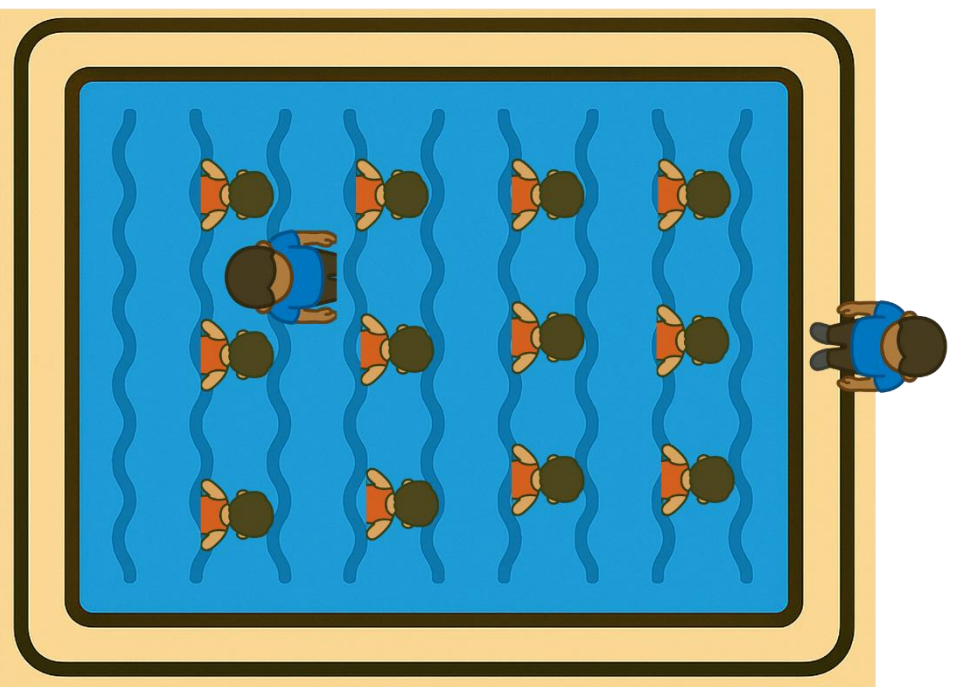




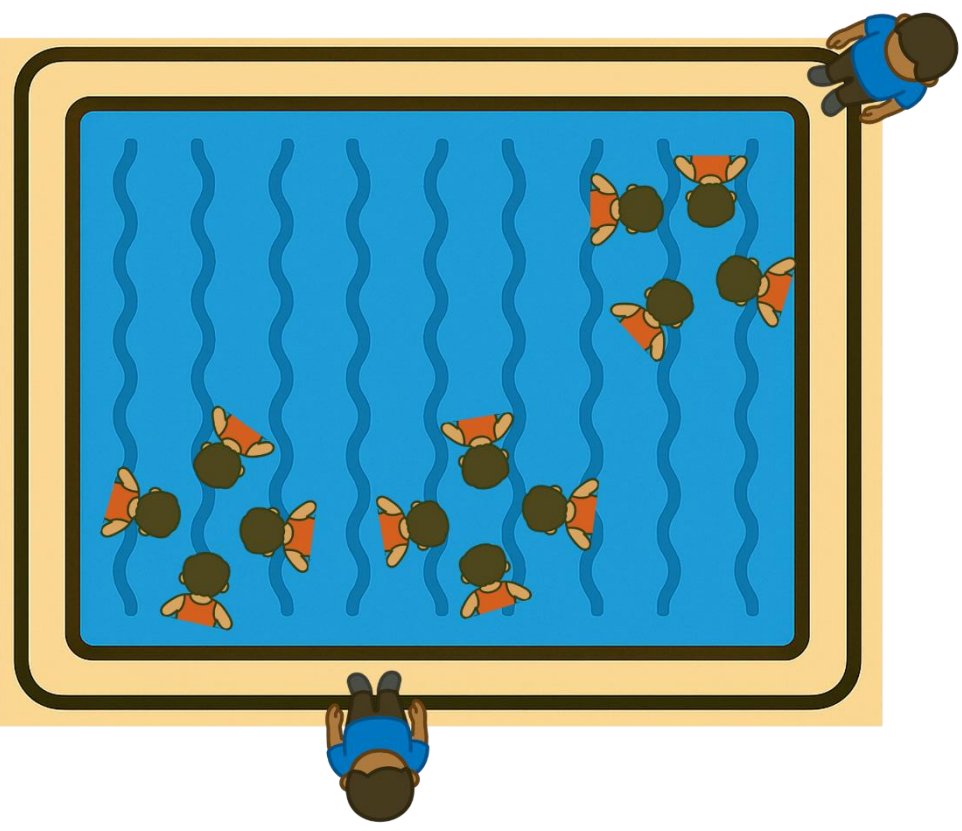
Querbahnen



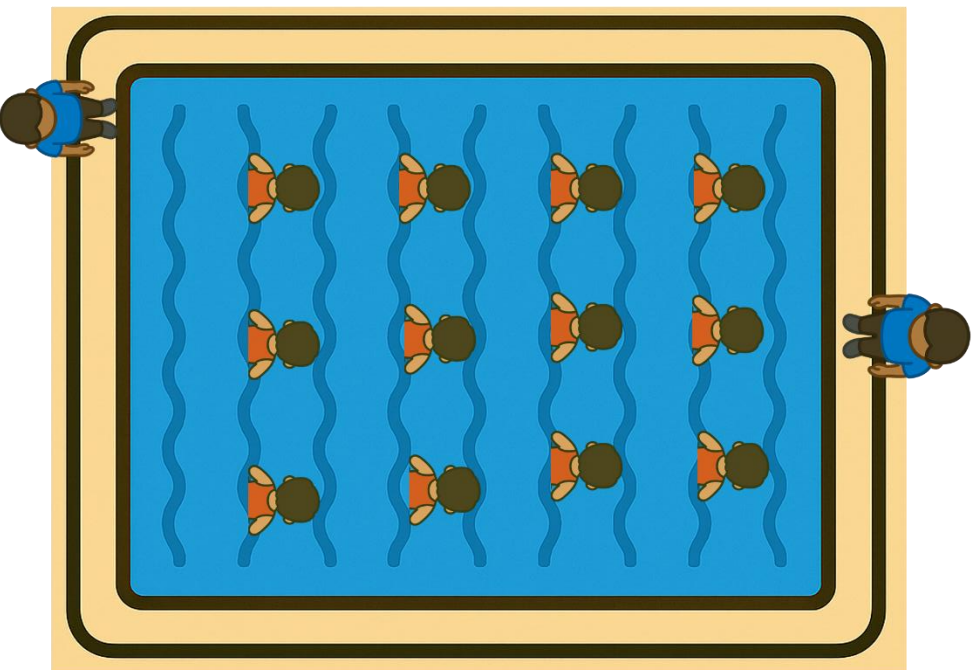
One teach, one assist



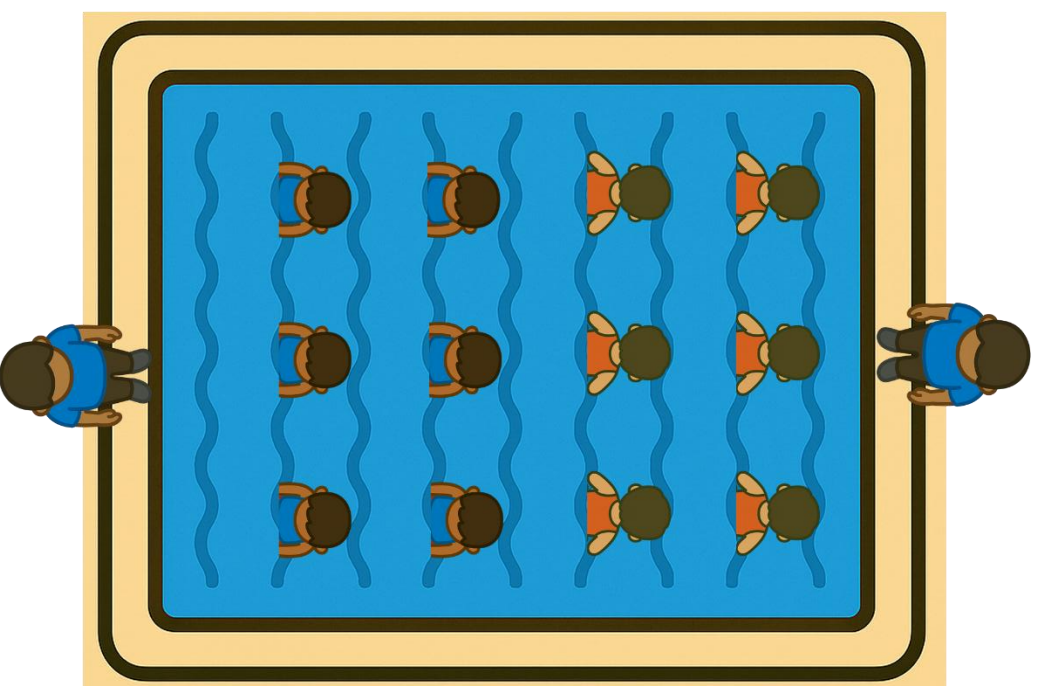
Station Teaching



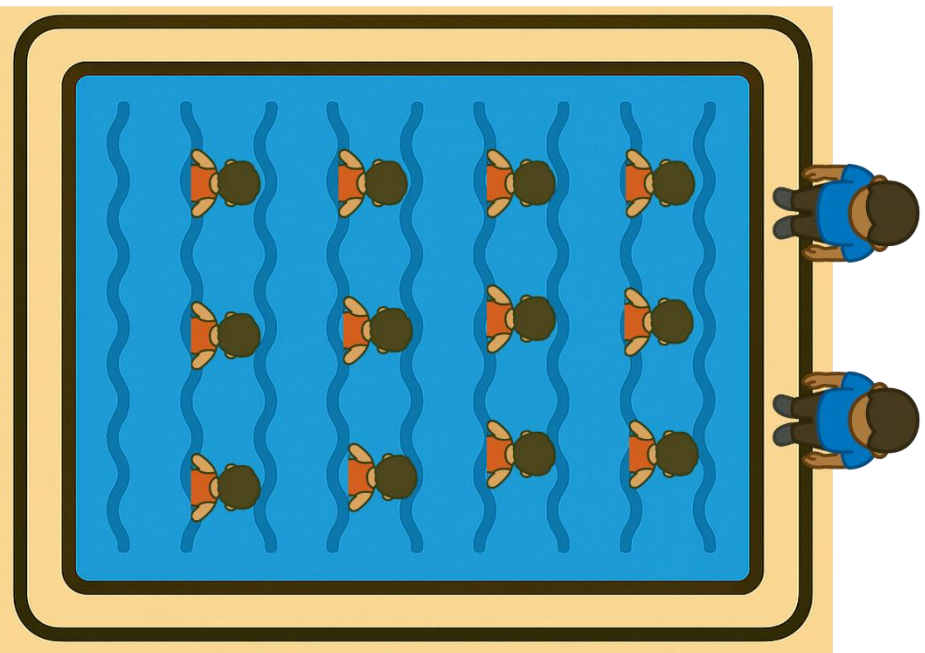
One teach, one observe



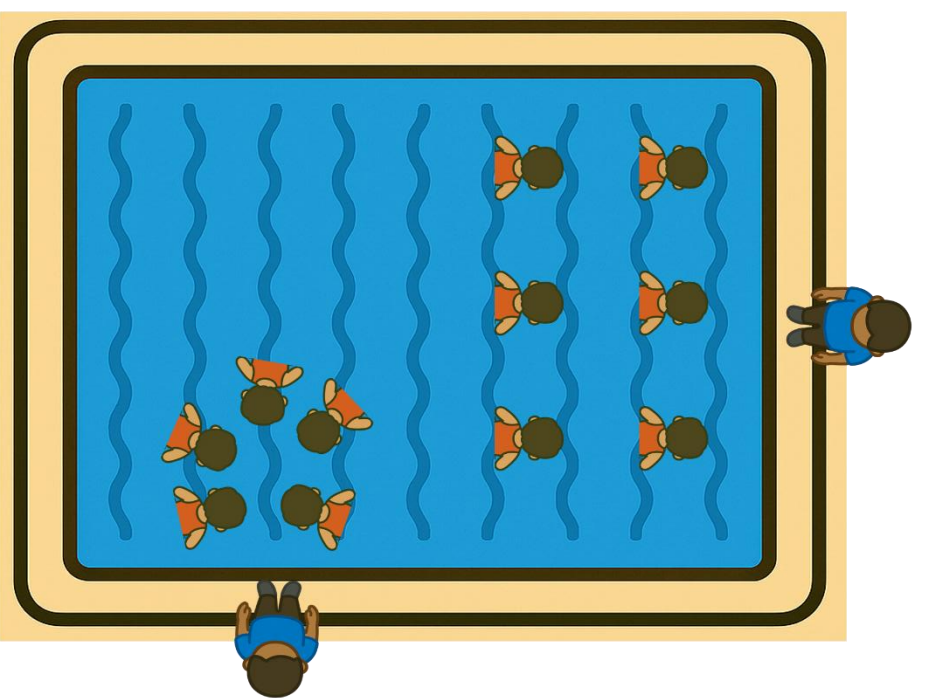
Parallel Teaching



Team Teaching



Alternative Teaching



Information und Einwilligung zum Einsatz der App „Video Delay“ im Schwimmunterricht

Liebe Eltern und Erziehungsberechtigte,

im Schwimmunterricht möchte ich gelegentlich die App „Video Delay“ als didaktisches Hilfsmittel einsetzen. Die App ermöglicht es, Bewegungen zeitverzögert auf einem Tablet oder Smartphone darzustellen. Schülerinnen und Schüler können dadurch eine von ihnen zuvor ausgeführte Bewegung kurze Zeit später selbst auf dem Bildschirm ansehen.

Pädagogischer Zweck

Der Einsatz dient der Bewegungsanalyse und der Verbesserung von Bewegungsabläufen. Durch das unmittelbare visuelle Feedback können die Kinder ihre Schwimmtechnik besser verstehen und gezielt verbessern. Diese Methode wird im Sportunterricht häufig eingesetzt, um Bewegungslernen zu unterstützen.

Datenschutz und Umgang mit den Aufnahmen

- Die Aufnahmen werden ausschließlich zur unmittelbaren Betrachtung im Unterricht verwendet.
- Die Videos werden nicht gespeichert, nicht archiviert und nicht veröffentlicht.
- Es erfolgt keine Weitergabe an Dritte.
- Es findet keine Verarbeitung oder Speicherung personenbezogener Daten auf externen Servern statt.
- Die Aufnahmen werden lediglich kurzzeitig zur direkten Rückmeldung im Unterricht angezeigt.

Der Einsatz der App erfolgt ausschließlich im Rahmen des Unterrichts und unter Aufsicht der Lehrkraft.

Freiwilligkeit

Die Teilnahme ist freiwillig. Schülerinnen und Schüler, deren Eltern keine Einwilligung erteilen oder die selbst nicht gefilmt werden möchten, werden selbstverständlich nicht aufgenommen. Daraus entstehen keine Nachteile im Unterricht.

Die Einwilligung kann **jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufen** werden.

Einwilligungserklärung

Name des Kindes: _____

Klasse: _____

Ich habe die Informationen zum Einsatz der App „Video Delay“ im Schwimmunterricht zur Kenntnis genommen.

Ich willige ein, dass mein Kind im Rahmen des Schwimmunterrichts kurzzeitig gefilmt wird, um Bewegungen zeitverzögert anzusehen und zu besprechen.

Ich willige nicht ein.

Mir ist bekannt, dass die Aufnahmen ausschließlich zur unmittelbaren Betrachtung im Unterricht genutzt und nicht gespeichert, veröffentlicht oder an Dritte weitergegeben werden.

Ort, Datum: _____

Unterschrift Erziehungsberechtigte/r: _____

Rutschen



Reflexion



Springen



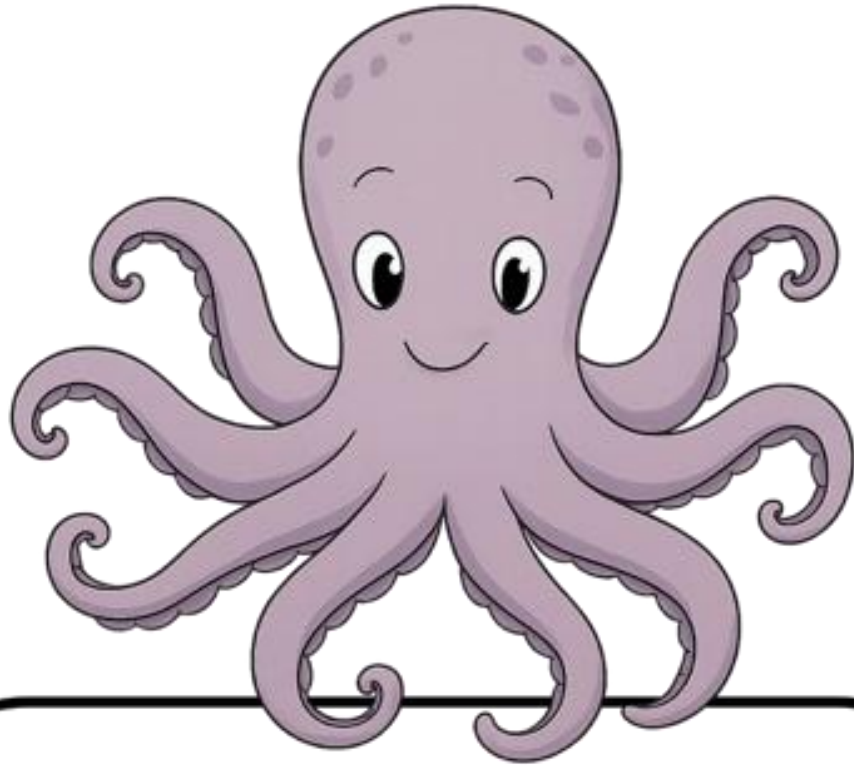
Freies Spielen



Tauchen

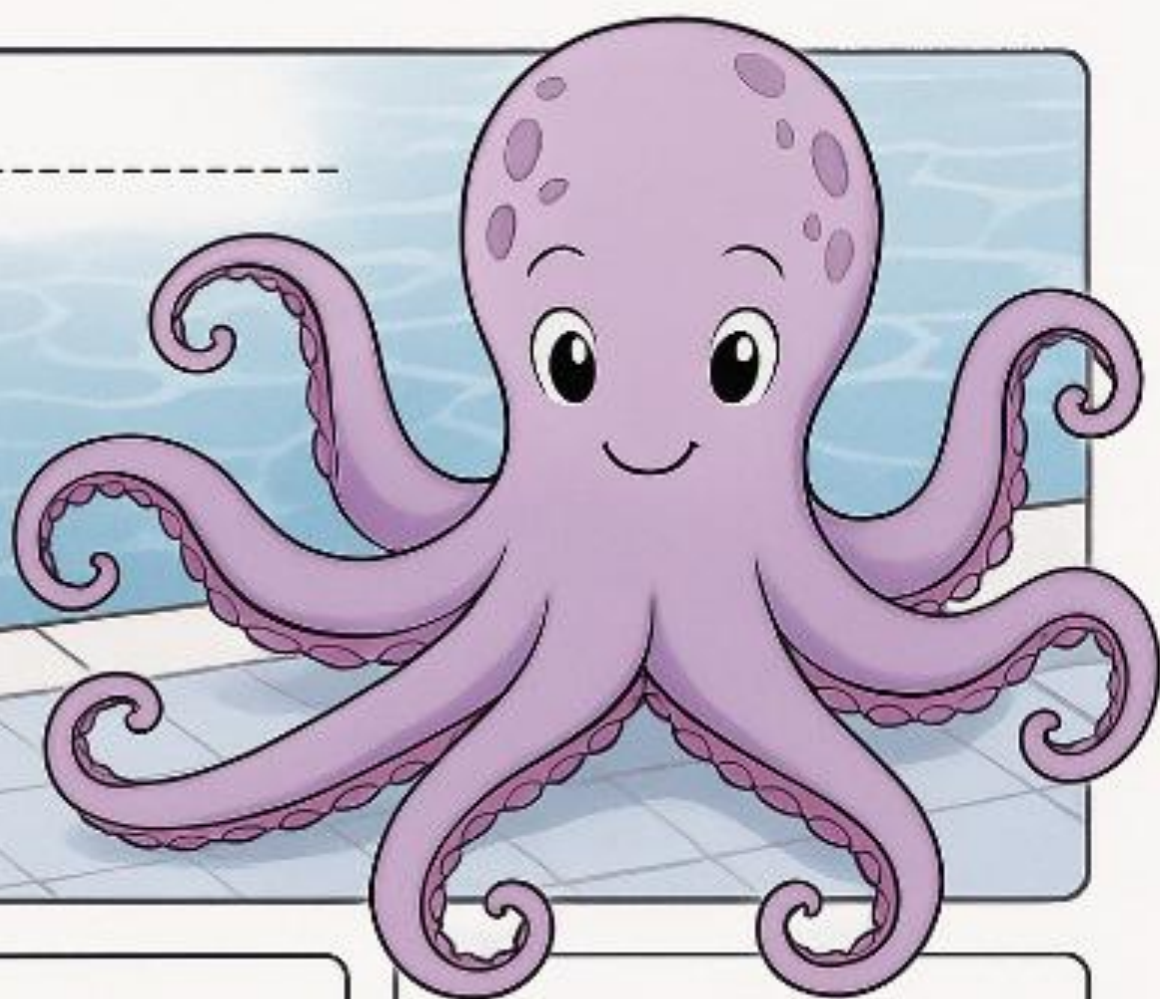


DAS KANN ICH SCHON



INKI IM SCHWIMMBAD

NAME: _____



**DAS KANN ICH
SCHON:**

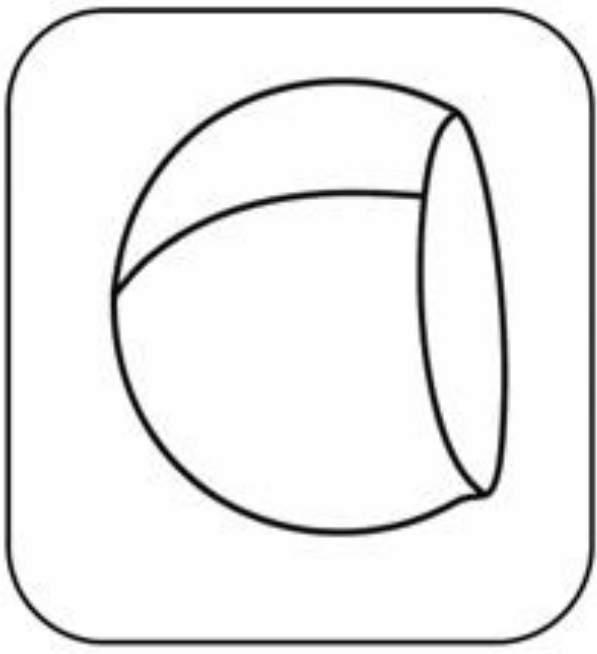
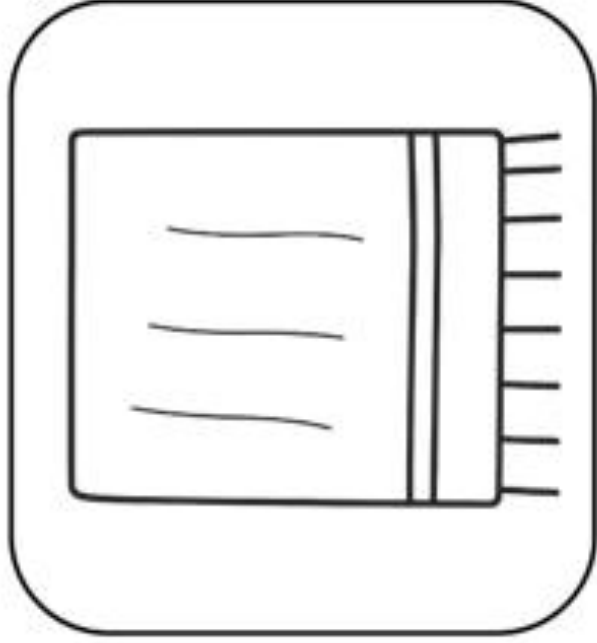
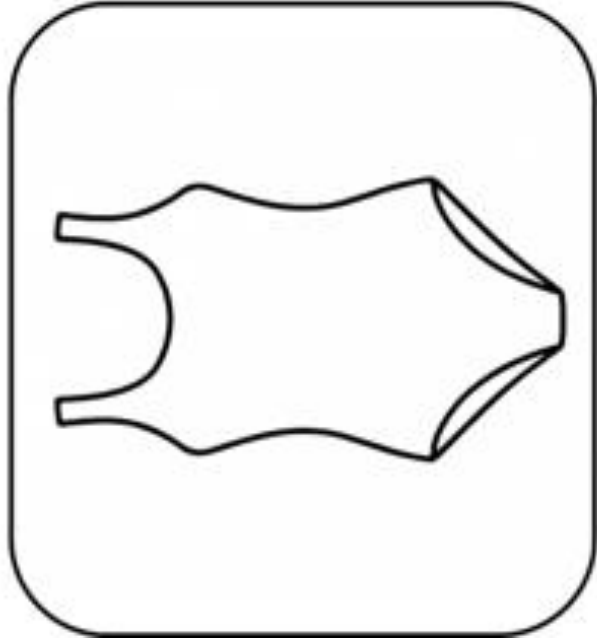
HEUTE MÖCHTE ICH:

DAS WAR EINFACH:

DAS WAR SCHWER:

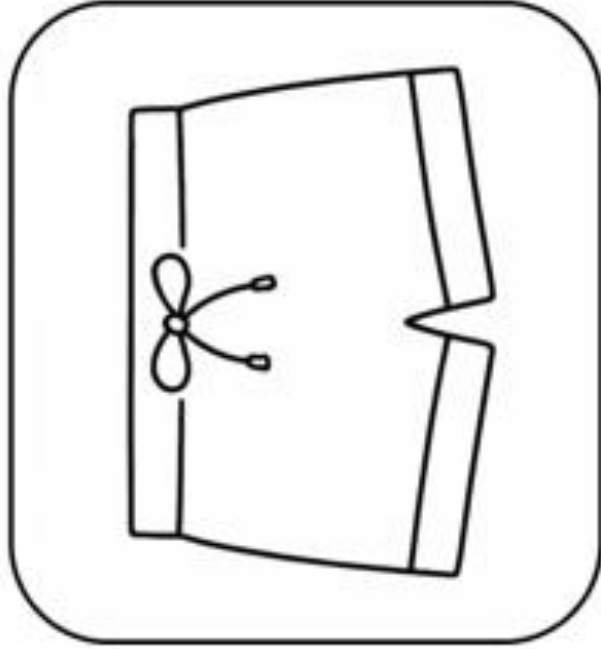
Design-Aufgabe: Werde Produkt-Erfinder*in!

Gestalte die Gegenstände so, dass sie zum Kauf verführen. Finde für jeden Gegenstand einen coolen Namen.



Design-Aufgabe: Werde Produkt-Erfinder*in!

Gestalte die Gegenstände so, dass sie zum Kauf verführen. Finde für jeden Gegenstand einen coolen Namen.



Design-Aufgabe: Werde Produkt-Erfinder*in!

Gestalte die Gegenstände so, dass sie zum Kauf verführen. Finde für jeden Gegenstand einen coolen Namen.

