

LG-Nr. 101/906/51	Weiterbildung in Schwimmen für Lehrkräfte an Grundschulen, Mittelschulen und Förderschulen - Phase I (Lehrgangsprogramm)		UE 17 P / 7 TH
Zeit	<u>1. Tag</u> <u>Donnerstag, 21.10.2021</u> 9:45-12:45 Sprungbecken, dann Theorie in der Schule	Referenten / UE	Verbindliche Unterrichtsmaterialien „Schwimmen unterrichten“ und „Übungskarten“
09:30 - 09:45	Lehrgangseröffnung: Ziele, Inhalte, Organisation	Jenny Schmidt-Steinke	
09:45 – 10:30	Wassergewöhnung I - Erster Wasserkontakt - Gehen und Laufen im flachen Wasser	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite: 15-19, 148-154 ÜK: 1
10:30 – 11:15	Wassergewöhnung III - Schweben - Gleiten - Abstoßen	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite: 25-28 ÜK: 3
11:15 – 12:00	Brustschwimmen - Beinbewegung	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite: 35, 41-45 ÜK: 6, 11a, 12a
12:00 – 12:45	Wassergewöhnung II - Tauchen - richtig Atmen - Bewegungsaufgaben und Spiele unter Wasser	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE P	Seite: 19-24 ÜK: 2, 23a
13:30 – 14:15	Sicherheit vor Ort (KMBek Durchführung von Schwimmunterricht an Schulen 1.April 1996) <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsbestimmungen • Sicherheitshinweise • Baden bei Wandertagen und Schulausflügen 	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE T	Seite: 129, 133
14:15 – 15:45	Methodik des Anfängerschwimmens <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung und Zielsetzung des Schwimmens • Lern- und Schwimmbereiche Methodische Schritte bei der Wassergewöhnung und beim Schwimmen lernen	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 2 UE T	Seite: 7-8, 13-15, 31-32
15:45 - 16:30	Aspekte zur Wahl der Erstschwimmart <ul style="list-style-type: none"> - Vorerfahrungen - Vor- und Nachteile der möglichen Erstschwimmart 	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE T	Seite: 31-32
16:30 – 17:15	Unterrichtsplanung <ul style="list-style-type: none"> - Lehrplan Plus - Stundenmodelle - Leistungsbewertung 	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE T	Seite: 220-222, 228-232

Zeit	<p align="center">2. Tag Freitag, 12.11.2021</p> <p align="center">8:30-10:30 zwei Bahnen, 10:30-13:00 Sprungbecken</p>	Referenten / UE	Verbindliche Unterrichtsmaterialien „Schwimmen unterrichten“ und „Übungskarten“
08:30 – 09:15	Brustschwimmen <ul style="list-style-type: none"> • Armbewegung • Koordination • Atmung 	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	Seite: 36-41, 46 ÜK: 5, 7, 11a, 12a
09:15 – 10:00	Optionale Angebote <ul style="list-style-type: none"> • Kippwende • Schwimmkombinationen Tauchzug 	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	Seite: 108-111 ÜK: 14b ÜK: 40
10:00 – 10:45	Rückenschwimmen <ul style="list-style-type: none"> • Armbewegung • Koordination 	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	Seite: 81-86 ÜK: 8b, 13a, 14a
10:45 – 11:30	Wechselbeinschlag in Bauch- und Rückenlage mit und ohne Hilfsmittel (Flossen)	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	Seite: 56-60, 83-84 ÜK: 9b
11:30 – 12:15	Möglichkeiten zur individuellen Verbesserung	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	
12:15 – 13:00	Kraulschwimmen <ul style="list-style-type: none"> - Armbewegung - Koordination - Atmung 	Vanessa Meindl/Carina Skibbe 1 UE P	Seite: 60-73 ÜK: 8a, 9a, 10a

Zeit	3. Tag Donnerstag, 02.12.2021 9:00-13:00 Sprungbecken, 13:00-14:15 Schwimmerbecken (bis 15 Uhr verlängern?)	Referenten / UE	Verbindliche Unterrichtsmaterialien „Schwimmen unterrichten“ und „Übungskarten“
09:00 – 09:45	Wassergewöhnung IV - Erste Sprünge ins Wasser - Sprünge vom Beckenrand z.B. Grätschsprung, Drehsprung und gestreckter Fußsprung mit Armschwung	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite 29-30, 129-130 ÜK: 4
09:45 – 10:30	Kleine Spiele im Wasser - Geh-, Lauf- und Fangspiele	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE P	Seite: 204-211 ÜK: 17, 18, 19, 24
10:30 – 11:15	Situatives Handeln und Retten - Kleiderschwimmen - Verhalten bei Krämpfen und im Rettungsfall - Zuwerfen Rettungshilfen	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite: 134, 139-140 ÜK: 25a, 32
11:15 – 12:00	Ballspiele z.B. Nudel-/Reiterwasserball, Zehnerball, Aquaball	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE P	Seite: 211-213 ÜK: 21b, 22
12:00 – 12:45	Tauchen - Streckentauchen - Tieftauchen kopf- und fußwärts	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE P	Seite: 135-138 ÜK: 27, 28
13:30 – 14:15	Schrittstart Methodische Reihe	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE P	Seite: 99-104 ÜK: 12b
14:15 - 15:00	Spielerische Ausdauerschulung	Tobias Dachwald/ Jenny Schmidt-Steinke 1 UE P	Seite: 116-119 ÜK: 33a, 35, 38
15:00 – 15:45	Schwimmabzeichen - Seepferdchen - Deutsches Schwimmabzeichen Bronze und Silber - Grundschulwettbewerbe	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE T	Seite: 236-237
15:45 – 16:30	Organisation und Durchführung von Schwimmunterricht - schulorganisatorische Rahmenbedingungen - Bad- und Geräteausstattung Zusammenarbeit mit Sachaufwandsträger, Rettungsorganisationen, Vereinen, Bäderpersonal, Kollegen und Eltern	Jenny Schmidt-Steinke/ Tobias Dachwald 1 UE T	Seite: 220-227
16:30 – 17:00	Lehrgangsabschluss, Organisatorisches	Jenny Schmidt-Steinke	

Mitzubringen sind:

- Schwimmkleidung (zweifach), Neoprenanzug / Shorty (falls vorhanden, ist von Vorteil!)
- Flossen, Badeschuhe, Bademantel, Handtücher
- Schwimmbrille (bei Bedarf)
- Schreibzeug
- Vesper + Getränke für die Pausen (es wird kein gemeinsames Mittagessen erfolgen)

Treffpunkt:

Eingang des Langwasserbads