










# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort</b>	<b>2</b>
<b>Vorbemerkungen</b>	<b>3</b>
Checkliste für den Schwimmunterricht	6
Elternfragebogen für den Schwimmunterricht	7
Schwimmregeln für Kinder	8
Beobachtungsbogen – Die ersten Schwimmstunden	9
	
<b>Wassergewöhnung</b>	
Einfache Spiele zur Wassergewöhnung im brusttiefen Wasser	10
Angeleitete Übungen	11
Wassermann-Prüfung	13
	
<b>Wasserbewältigung</b>	
Spiele zur Wasserbewältigung im brusttiefen Wasser	14
Lernkarten Wasserbewältigung	15
Piraten-Prüfung	26
	
<b>Schwimmarten</b>	
<b>Kraulschwimmen</b>	
Kraulschwimmen Technikkarte	28
Diagnose und Lernentwicklung „Kraulschwimmen“	29
Lernkarten Kraulschwimmen	30
Fehlerkorrektur „Kraulschwimmen“	43
	
<b>Brustschwimmen</b>	
Brustschwimmen Technikkarte	44
Diagnose und Lernentwicklung „Brustschwimmen“	45
Lernkarten Brustschwimmen	46
Fehlerkorrektur „Brustschwimmen“	58
	
<b>Rückenschwimmen</b>	
Rückenschwimmen Technikkarte	59
Diagnose und Lernentwicklung „Rückenschwimmen“	60
Lernkarten Rückenschwimmen	61
Fehlerkorrektur „Rückenschwimmen“	67
	
Spiele im tiefen Wasser für Schwimmer	68
	
Tauchen für Fortgeschrittene	69
Kopfsprungtraining	72
Sprünge für Fortgeschrittene	74
	
Rettungsschwimmen	77
	
Kapitäns-Prüfung	79