



Grundsichule

# Lehrplan

Schwimmen

## **Allgemeine Anmerkungen zu den Klassenstufen 1 bis 4**

In den wesentlichen Anforderungen orientiert sich der Sport- und Schwimmunterricht an der Grundschule der GISW an den Richtlinien des Lehrplans für die Grundschule des Bundeslandes Thüringen. Aufgrund **der Standortbesonderheit** einer deutschen Schule im Ausland, ist es jedoch notwendig, den Thüringer Lehrplan zu modifizieren und an die hiesigen Gegebenheiten anzupassen.

Zu den Besonderheiten zählt, dass die Grundschule der GISW den Schwimmunterricht in den Klassen 1 – 4 kontinuierlich durchführt. Seit dem Schuljahr 2014/2015 wurde zudem die Abfolge der Ausbildung verändert. Es wird mit dem Kraulschwimmen begonnen, erst im Anschluss erfolgt die Ausbildung in den weiteren Schwimmstilen Brust und Rücken.

## **Klasse 1- 4**

### **Schwimmen**

In diesem Lernbereich erlebt und erfährt der Schüler das Medium Wasser durch vielfältige Spiel- und Experimentierformen. Schweben, Gleiten, Tauchen, Sinken ermöglichen aufgrund der besonderen Schwerkraftbedingungen spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen.

Der Schüler eignet sich Bewegungssicherheit im Wasser und grundlegende Fertigkeiten im Schwimmen an. Entsprechend den individuellen Lernvoraussetzungen löst der Schüler selbstständig Bewegungsaufgaben mit und ohne Gerät.

Die grundlegende und ggf. lebensrettende Fähigkeit für sicheres und ausdauerndes Schwimmen in einer Schwimmart wird erworben. Der Schüler kann 15 Minuten ausdauernd schwimmen.

### **Sachkompetenz**

Der Schüler kann

- 15 min ausdauernd schwimmen,
- den Atemrhythmus einer Schwimmtechnik beherrschen und in einer zweiten Schwimmtechnik demonstrieren,
- in Brust- und Rückenlage gleiten,
- in einer zweiten Schwimmart 25 m schwimmen,
- mit Abstoß vom Beckenrand eine Strecke von mindestens 6m tauchen,

- kopfwärts aus der Schwimmlage mindestens 1,80 m in die Tiefe tauchen,
- drei unterschiedliche Fußsprünge (Paket-, Streck- und Schrittsprung) vom Beckenrand und erhöhter Absprungstelle ausführen,
- kopfwärts aus dem Stand vom Beckenrand eintauchen,
- die Technik der Schwimmarten beschreiben,
- die gesundheitlichen Wirkungen des Schwimmens begründen,
- Hygiene- und Baderegeln nennen und erläutern.

### **Methodenkompetenz**

Der Schüler kann

- Kleine Spiele im Wasser spielen,
- Spielregeln umsetzen und allein bzw. in und mit der Gruppe variieren,
- die Schwimmtechniken im Übungsprozess anwenden.

### **Selbst- und Sozialkompetenz**

Der Schüler kann

- Hemmungen in der Auseinandersetzung mit dem Element Wasser und den Wassertemperaturen überwinden,
- Ängste und Schwächen im Element Wasser allein bzw. mit Unterstützung anderer abbauen,
- sich selbst sowie andere in der Einhaltung von Hygiene- und Baderegeln beobachten und einschätzen.