

# Wasser-Sport

## PRAXIS IN BEWEGUNG

### 4 Spielen mit Schwimmhilfen

Eine Spielesammlung für (inklusive) Lerngruppen

KARINA SCHIEDEK

Materialien im Mittelteil

### 7 Wir schwimmen Wechselzug

Die Grundlagen zur Rücken- und Kraultechnik legen

MATTHIAS MICHAELSEN

### 15 Ich rette dich!

Eine geeignete Technik zum Transportieren finden

ANNE-CHRISTIN ROTH

### 20 Trendsport SUP in der Schule

Bausteine für einen Wassersportunterricht

STEFFEN SCHIEDEK



4

Flossen, Schwimmbrett, Schwimmscheibe und Poolnudel – all diese Schwimmhilfen lassen sich auch für kreative Wasserspiele einsetzen. Dieser Beitrag gibt Anregungen dafür. Plus: Spielideen als Stationskarten im Mittelteil.

7

Kraul- und Rückenschwimmen sind beides Wechseltechniken und strukturverwandt. Dieser Text zeigt auf, wie sich die Grundlagen für diese Stile legen lassen und schlägt konkrete Übungen vor, die das Rollen thematisieren.

15

Im Wasser schwimmen und spielen macht Spaß. Aber was tun, wenn einem die Kraft ausgeht und man in Not gerät? Ideen zur Erarbeitung des Rückenschwimmens und dessen Nutzung zum Transport in Not Geratener.

## MAGAZIN

### LITERATUR

#### 25 Sport treiben und über Sport (vor)lesen ...

Sport in der Literatur – ein (Unterrichts-)Thema für die Schule?

DETLEF KUHLMANN

### BÜCHER

#### 28 Bücher zum Heftthema und Neuerscheinungen

BIRGITT-ALEXA LIEGMANN |

ANNE-CHRISTIN ROTH

### SCHULE IN BEWEGUNG

#### 30 Einstieg ins Ruderboot

Voraussetzungen für ein Projekt „Rudern in der Schule“

KATHARINA SAUERLAND

### SPIELE SPIELEN

#### 34 Auswechselbank ist nicht mehr Handball-Spielformen mit dem Blockwechsel-Prinzip fetzig gestalten

FROWIN FASOLD | SEBASTIAN KOCH

#### 36 VORGELESEN

#### 39 VORSORTIERT

#### 40 VORSCHAU · IMPRESSUM



20

Stand-up-Paddling (SUP) ist fordernd, spannend und macht schnelle Lernfortschritte möglich. Dieser Artikel gibt organisatorische Hinweise und macht konkrete Vorschläge für Bausteine für einen Wassersportunterricht.



30

Rudern bietet eine Perspektive auf die Ökologie, ist Individual- und Mannschaftssport und dadurch ein spannendes Unterrichtsvorhaben – z. B. mit einem Ruderverein. Dieser Beitrag klärt die Voraussetzungen für ein Projekt „Rudern“.



34

Beim Handball sitzen spielbedingt viele Lernende auf der Auswechselbank. Das muss nicht sein! Dieser Beitrag erklärt anhand des Blockwechsel-Prinzips, wie sich Schwung ins und Langeweile aus dem Handballspiel bringen lässt.