

Lernziele im Schwimmunterricht der Primarschule Frauenfeld

(nach swimsports.ch)



<u>1.Klasse</u>						zusätzlich
Luftpumpe 4x	Fischauge	Bauchpfeil	Rückenpfeil	Wechselbeinschlag Brust	Wechselbeinschlag Rücken	Sprung
WT brusttief	WT brusttief	WT brusttief	WT brusttief	WT brusttief	WT 1.40m	WT 1.40
- stehend einatmen - untertauchen - durch Nase und Mund ausatmen	- untertauchen - Augen öffnen - erkennen eines Gegenstandes, Zahl oder Farbe unter Wasser	- abstossen vom Rand mit gestreckten Armen - mind 5 Sek. gleiten (Kopf im Wasser)	- abstossen vom Rand oder Boden - in gestreckter Rückenlage mind. 5 Sek. gleiten	- vom Rand abstossen - mind 5m Wechselbeinschlag (Arme in Hochhaltung oder neben dem Körper)	- abstossen vom Rand - mind 8m Wechselbeinschlag in gestreckter Rückenlage (Arme können seidl. neben Körper paddeln)	- Fussprung vom Bassinrand - auftauchen und zum Rand schwimmen