

**350174 VU Schwimmen, Wasserspringen, Retten 2 - Abt. F - Vermittlungskonzepte und
bewegungswissenschaftliche Aspekte (= KÖLEI schwimmorientierter BWH)
MO 13.30-15.00, ZSU - USZ I, Schwimmbad**

peter.mitmansgruber@univie.ac.at (0676 / 94 27 328)

Beginn der Einheiten: 13:30 Uhr (Individuelles Aufwärmen, Vorbereiten, Leistungsabnahme, Absprachen,...) ab 13:45 Uhr allgemeine Themenbereiche

(Teil-)Kompetenzen/Ziele:

Die Studierenden

- können auf Basis unterschiedlicher fachdidaktischer Vermittlungskonzepte Unterrichtseinheiten zur Erarbeitung aller vier Schwimmlagen sowie von wassersprungspezifischen Bewegungsformen planen, durchführen und reflektieren,
- haben vertiefte bewegungswissenschaftliche Kenntnisse über das Bewegen im Wasser: Auftrieb, Antrieb und Widerstände und können diese anwenden: zur Beschreibung und Erklärung von Bewegungen, bei der Fehlerkorrektur sowie zum Anleiten des Bewegungslernens in allen vier Schwimmlagen,
- haben Lern- und Trainingsprozesse in ausgewählten Schwimmlagen erfahren und reflektiert,
- kennen altersgemäße spielerische Wasser-Sprungvariationen und deren zielorientierten Einsatz im Schulunterricht
- kennen Sicherheitskonzepte im Bereich des Schwimmens und Wasserspringens und können darauf aufbauend SchülerInnen-Gruppen effektiv und effizient organisieren,
- haben Wissen über die Durchführung und Organisation von Schwimmwettkämpfen: Wettkampffregeln, Schulsportangebote.

Anforderungen

- ◆ Besuch -inklusive **körperlicher Aktivität**- der Lehrveranstaltung im Ausmaß von **mindestens drei Vierteln** der tatsächlich gehaltenen Unterrichtseinheiten.
- ◆ Besuch der Lehrveranstaltung in entsprechender **Badebekleidung** ohne verletzungsgefährdende Gegenstände am Körper (Uhren, Ringe, Armreifen, Kettlerl, Ohrringe, etc.).
- ◆ **Reflexionsblatt** (Schutzhülle) incl. **Schreibutensilien** in jede LV mitnehmen
- ◆ Aktive Mitarbeit in den Lehrveranstaltungen (immanenter Prüfungscharakter ip)
- ◆ **Skriptum** „Fachdidaktik Schwimmen in der Schule“ (Resch, J.)
- ◆ **Praktische Prüfung** (pa): siehe unten
- ◆ **Portfolio** (pf, Arbeitsportfolio), Abgabe in der vorletzten Lehrveranstaltung:
 - 1) Sammlung aller Stundenbilder
 - 2) Arbeitsergebnisse, die vom Lehrenden gefordert werden
 - 3) Rückmeldungen durch den Lehrenden
 - 4) Fremdeflexionen durch die Studierenden (mind. 10 Blätter)
 - 5) evtl. Arbeitsergebnisse, die außerhalb der LV entstehen (Trainingstagebuch)
 - 6) Ausdruck des Skriptums „Fachdidaktik Schwimmen in der Schule“,
- ◆ Viele weitere Informationen finden Sie auf meiner persönlichen Webseite mitmansgruber.net

Beurteilung – Praktischer Teil (pa):

Die Bewertung der technischen Realisierung entspricht den Wettkampfbestimmungen des OSV (siehe auch www.osv.or.at).

- Praktische Überprüfung der technischen Ausführung: 50m Rückenschwimmen und Delfinschwimmen incl. Starts und Wenden.
- Mindestanforderungen für 400 m auf Zeit:
Brustschwimmen **8:50,0** (Herren) bzw. **9:20,0** (Damen) **ODER**
Kraulschwimmen **8:40,0** (Herren) bzw. **9:10,0** (Damen)

Kraul (400m)			Brust (400 m)		
Note	M	F	Note	M	F
4	8:40	9:10	4	8:50	9:20
3	8:00	8:30	3	8:20	8:50
2	7:20	7:50	2	7:50	8:20
1	6:50	7:20	1	7:20	7:50

○ **Wasserspringen**

<http://mitmannsgruber.net/nms-studium/>

1. Salto vw. oder rw. gehockt
2. Kopfsprung vw gebückt
3. Kopfsprung rw gestreckt
4. Delphinsprung gehockt (nur Herren)

Art der Leistungskontrolle:

- aktive Teilnahme (ip)
- praktische Prüfung (pa, siehe Beurteilung – praktischer Teil)
- Lehrprobe zu einem selbst gewählten Thema (siehe Beiblatt)
- entsprechende schriftliche Stundenbilder zur Lehrprobe mit besonderer Betonung der sicherheitsrelevanten Maßnahmen (pf, Arbeitsportfolio); siehe dazu auch <http://mitmannsgruber.net> unter „Vordrucke“ / „Unterrichtsvorbereitung Stundenplanung“
- Fremdrelexion (pf)
- Retterschein (ip, Teilkriterien)

Die Gesamtnote ergibt sich aus den vorher genannten Teilbereichen.

Termine im Sommersemester 2016:

07.03.: Allgemeines, Anforderungen, Kriterien, Beiträge, Terminplanung; Erlernen der Brustarmbewegung
14.03.: 2 Themen
04.04.: 2 Themen
11.04.: 2 Themen
18.04.: 2 Themen
25.04.: 2 Themen
02.05.: 2 Themen
09.05.: 2 Themen
23.05.: 2 Themen
30.05.: 2 Themen
06.06.: verlegt (AK Sommersport) – siehe 29.09.
13.06.: 2 Themen
20.06.: 2 Themen, Wasserball, Retterschein, Limits
27.06.: 2 Themen, Limits, Offenes, Reflexionen

29.09.2016: freiwilliger Zusatztermin: Krems/Donau, Bad BRG Kremszeile, offene Kriterien, 16:00 Uhr bis 17:45 Uhr;

Grundlagenliteratur:

Skriptum „Fachdidaktik Schwimmen in der Schule“
Ungerechts, B. u.a. (2002): Lehrplan Schwimmsport. Band 1: Technik. Schorndorf. Karl Hofmann.
DVD Schwimmmarten (<http://www.noeljrk.at>)

Themen- Lehrproben_2

	Thema	Vor- und Zuname	Datum
1	Erlernen der Brustbeinbewegung		
2	Erlernen der Brustarmbewegung	Mitmannsgruber	07.03.
3	Erlernen der Kraulbeinbewegung		
4	Erlernen der Kraularmbewegung		
5	Erlernen der Kraulbewegung mit Atmung		
6	Erlernen der Beinbewegung beim Rückenkräulen		
7	Erlernen der Armbewegung beim Rückenkräulen		
8	Erlernen des Kopfsprungs		
9	Erlernen der einfachen (hohen) Wende		
10	Üben, Verbessern und Festigen der Rollwende		
11	Im- und ins Wasser springen (auch volkstümliche Sprünge)		
12	Tieftauchen		
13	Streckentauchen		
14	Üben, Verbessern und Festigen der Brustbeinbewegung		
15	Üben, Verbessern und Festigen der Brustarmbewegung		
16	Koordination Brustschwimmen		
17	Üben, Verbessern und Festigen des Brustschwimmens		
18	Üben, Verbessern und Festigen der Kraulbeinbewegung		
19	Üben, Verbessern und Festigen der Kraularmbewegung		
20	Üben, Verbessern und Festigen der Kraulbewegung mit Schwerpunkt Atmung		
21	Üben, Verbessern und Festigen des Kraulschwimmens		
22	Üben, Verbessern und Festigen der Beinbewegung beim Rückenkräulen		
23	Üben, Verbessern und Festigen der Armbewegung beim Rückenkräulen		
24	Üben, Verbessern und Festigen der einfachen (hohen) Wende		
25	Erlernen der Rollwende		
26	Schulschwimmcup (vgl. http://www.sport.noeschule.at/pdf/sw-Rettungs12.pdf)		
27	Erlernen, Üben, Verbessern und Festigen des Startsprungs		
28	Spiel- und Übungsformen mit Schwimmbrettern und Poolnudeln		
29	Wettbewerbe und Staffeln		
30	Ein möglicher Lehr- und Lernweg zum Delphinschwimmen		
31	Üben, Verbessern und Festigen der Brustbeinbewegung		
	Transportschwimmen		
	Rettungsgriffe		
	Befreiungsgriffe		
	Berge- und Tragegriffe		
	Bewegungsanalysen (Video)		
	Sprünge, Lehrbilder		

Grün = Schwimmen und Tauchen 1 (erst dann wählbar, wenn alle anderen Themen vergeben sind)

Sollten Sie den vereinbarten Termin der Lehrprobe nicht einhalten können (Krankheit etc.), informieren Sie unverzüglich Ihre KollegInnen und auch mich. Ersuchen Sie einen Studierenden/eine Studierende den Termin mit Ihnen zu tauschen. Lehrproben (je 10-15 Min.) können nicht entfallen sondern nur getauscht werden!