

Schwimmen lernen: Für Könnner

Diese Lektion ist für etwas Fortgeschrittenere. Die Kinder schwimmen viel, üben den Kraul-Beinschlag und das Ausatmen ins Wasser auf verschiedene Art und Weise.

Rahmenbedingungen

- Lektionsdauer: 30 Minuten
- Stufe: 3. Klasse
- Alter: 8 bis 9 Jahre
- Gruppengrösse: 7–9 Kinder ab, 10 Kindern 2 Leiter/-innen
- Kursumgebung: Nichtschwimmerbecken
- Sicherheitsaspekte: Wassertiefe den Kindern angepasst, alle Kinder im Überblick, Kinder können sich noch sehr unsicher im Wasser bewegen



Lerninhalte

- Atmung seitwärts, Antrieb

[Schwimmen lernen: Lektion – Für Könnner](#) (pdf)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO