

LEHRPLAN im Bezug auf Schwimmen

Volksschule	Bereich	Inhalte	Angebot OJRK
1.-4. Schulstufe	Technik und Design	Bewegung/Energie: schwimmen/schweben/sinken	
1.-4. Schulstufe	Bewegung und Sport	regelmäßige Bewegung durch gleichmäßig aufgeteilte Bewegungseinheiten pro Woche; Möglichkeit der Verschiebung bestimmter Kompetenzen (ua. Schwimmen) in andere Schulstufen innerhalb des Lehrplans der Primarstufe aufgrund von organisatorischen (ua. räumlichen) Rahmenbedingungen; die Erfahrungs- und Lernbereiche sind unter anderem schwimmen	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer
1.Schulstufe	Bewegung und Sport Grundlagen zum Bewegungshandeln	vielfältiges Bewegen und Spielen im Wasser; ...Schwimmen in einer Schwimmlage anbahnen; ...sich über eine kurze Strecke mit Schwimmhilfe über Wasser halten; ...Tauchen mit einfachsten Anforderungen; ...ins Wasser springen; ...Baderegeln kennen lernen; ...Wassergefühl (schweben, gleiten, treiben) entwickeln und Wassersicherheit in und durch abwechslungsreiche Spiel- und Übungsformen gewinnen ...die Angst vor Wasser reduzieren (z. B. mit der Verwendung von Schwimmbrillen und Schwimmhilfen); ...sich im brusttiefen Wasser frei bewegen; ...eine kurze Zeit unter Wasser bleiben und ausatmen;	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer
2. Schulstufe	Bewegung und Sport Grundlagen zum Bewegungshandeln	...Mehrzahl der Baderegeln wiedergeben; ...sich im brusttiefen und/oder auch schon im tiefen Wasser frei bewegen; ...zunehmend automatisiert unter Wasser ausatmen sowie im Wasser schweben, gleiten und treiben; ...sich über eine kurze Strecke mit oder ohne Schwimmhilfe über Wasser halten; ...unter Wasser bleiben und ausatmen sowie die Augen offen halten und sich orientieren; ...Gegenstände im brusttiefen Wasser mit den Händen ertauchen; ...ins Wasser springen	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer
1.& 2. Schulstufe	Technik	Einsichten in die Bereiche Fahren, Gleiten und Schwimmen erwerben	Schwimmbuch (Experimente)
3. Schulstufe	Bewegung und Sport	„Elementare Bewegungsformen (schwimmen)“ ...Wirkungen des Wassers (ua. Auftrieb, Widerstand) bewältigen; ...im Wasser gleiten sowie mit Arm- und Beintempi einen Vortrieb des Körpers erzeugen; ...auf, in, unter Wasser ausatmen; ...Baderegeln einhalten; sich im Wasser frei bewegen; ...untertauchen und sich unter Wasser orientieren; ...die Kernelemente unter Wasser ausatmen, im Wasser schweben, gleiten und treiben sicher anwenden; ... grundlegende schwimmerische Fertigkeiten (z. B. in Brust-, und Rückenlage fortbewegen, in Bauch-, Seiten-, und Rückenlage abstoßen und gleiten) erproben und anwenden; ... die Fertigkeiten eines Schwimmabzeichens (z. B. Freischwimmer) zeigen; ... sich im Wasser frei bewegen; ... sich über eine kurze Strecke mit oder ohne Schwimmhilfe über Wasser halten; ... unter Wasser bleiben und ausatmen, die Augen offen halten und Gegenstände im schultertiefen Wasser mit den Händen ertauchen; ... auf vielfältige Weise ins Wasser springen;	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer
3. & 4. Schulstufe	Bewegung und Sport Grundlagen zum Bewegungshandeln Könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen	...vielfältiges Bewegen und Spielen im Wasser; ...Schwimmen in einer Schwimmlage üben; ...Tauchen mit einfachen Anforderungen; ...einfache Sprünge	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer
3. & 4. Schulstufe	Technik	vertiefte Einsichten in die Bereiche Fahren, Gleiten und Schwimmen erwerben	Schwimmbuch (Experimente)
4. Schulstufe	Bewegung und Sport	Elementare Fertigkeiten des Schwimmens (Grundtechnik in einer Schwimmlage, Tauchen, Springen) ausführen (allenfalls kann die Kompetenzentwicklung der 3. und 4. Schulstufe aufgrund von organisatorischen (zB räumlichen) Rahmenbedingungen in einer Schulstufe zusammengezogen werden)	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt" Wettbewerb: "Pinguin-Cup" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer
4. Schulstufe	Bewegung und Sport	„Elementare Bewegungsformen (schwimmen)“ ...eine kurze Distanz in einer Schwimmlage (Grobform) schwimmen; ...eine kurze Strecke tauchen; ...auf vielfältige Weise ins Wasser springen ... eine kurze Strecke (5 m – 10 m) tauchen und Gegenstände aus schultertiefen Wasser ertauchen ... ein Schwimmabzeichen erwerben (z. B. Freischwimmer) ... eine kurze Distanz (10 m – 25 m) in einer Lage in Grobform schwimmen; ...schwimmerische Fertigkeiten erweitern, (schwimmerspezifische Arm- & Beinbewegungen koordinieren); ...sich im Wasser frei bewegen; ...Baderegeln einhalten	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt" Wettbewerb: "Pinguin-Cup" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln
Sekundarstufe 1	Bereich	Inhalte	Angebot OJRK
5. & 6. Schulstufe	Technik	Einsichten in die Gesetze des Fliegens und Schwimmens beim Bauen und Erproben von einfachen Modellen gewinnen	
5. & 6. Schulstufe	Bewegung und Sport Grundlagen zum Bewegungshandeln Könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen	...vielfältiges Bewegen und Spielen im Wasser; ...Schwimmen können allenfalls in einer (weiteren) Schwimmlage; ...Sprünge	Lehrbuch: "Anfängerschwimmen" Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt" Wettbewerb: "Pinguin-Cup" Baderegelposter Schwimmbuch Meine Baderegeln Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer, Allroundschwimmer
6. Schulstufe	Physik	Physikalische Erscheinungsformen: das Element Wasser: Ursachen des Schwimmens, Schwebens und Sinkens von Körpern (der Auftrieb und die Wasserverdrängung)	
7. & 8. Schulstufe	Bewegung und Sport Grundlagen zum Bewegungshandeln Könnens- und leistungsorientierte Bewegungshandlungen	...möglichst schnell und ausdauernd in einer Lage auch allenfalls in Wettkampfform schwimmen; ...Kennenlernen einer weiteren Lage, ...Sprünge	Baderegelposter Meine Baderegeln Schwimmbuch Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt" Wettbewerb: "Pinguin-Cup" Österreichisches Schwimmabzeichen (ÖSA): Oktopus, Frühschwimmer, Freischwimmer, Fahrtenschwimmer, Allroundschwimmer Österreichisches Rettungsschwimmabzeichen (ÖRSA): Helfer Lehrbuch: "Retten. Schwimmen. Tauchen."

Linkliste:	
Wettbewerb: "Unsere Klasse schwimmt"	www.jugendrotkreuz.at/kindergarten-schule-lernen/unsere-klasse-schwimmt
Pinguin-Cup	https://www.jugendrotkreuz.at/kindergarten-schule-lernen/schwimmbewerbe-rettungsschwimmbewerbe
Baderegelposter	https://www.jugendrotkreuz.at/shop/bestellung-schwimmen
Meine Baderegeln	https://www.jugendrotkreuz.at/shop/bestellung-schwimmen
Schwimmbuch	https://www.jugendrotkreuz.at/shop/bestellung-schwimmen
Österreichische Schwimmabzeichen (ÖSA)	https://www.jugendrotkreuz.at/kindergarten-schule-lernen/schwimmabzeichen
Österreichische Rettungsschwimmabzeichen (ÖRSA)	https://www.jugendrotkreuz.at/kindergarten-schule-lernen/rettungsschwimmabzeichen
Lehrbuch: "Anfängerschwimmen"	https://www.jugendrotkreuz.at/shop/bestellung-schwimmen
Lehrbuch: "Retten. Schwimmen. Tauchen."	https://www.jugendrotkreuz.at/shop/bestellung-schwimmen