

---

|   |    |
|---|----|
| 1. Einleitung. . . . .  | 4  |
| 2. Aufbau der Lernkartei . . . . .  | 5  |
| 3. Hinweise zur Handhabung . . . . .  | 6  |
| 4. Wahl der Schwimmtechnik . . . . .  | 7  |
| 5. Die Lernkartei im (konkreten) Schwimmunterricht . . . . .                | 7  |
| 6. Möglicher Stundenverlauf. . . . .  | 8  |
| 7. Literatur- und Bildquellenverzeichnis. . . . .                           | 8  |
| 8. Baderegeln . . . . .   | 9  |
| 9. Zusätzliche Materialien  |    |
| – Überblick: Vor- und Nachteile beim Erlernen der Schwimmtechniken. . . . . | 10 |
| – Technikkarten: Brustschwimmen/Kraul- und Rückenkraultschwimmen. . . . .   | 11 |
| – Eintragungsbogen . . . . .  | 14 |
| – Beobachtungskarten . . . . .  | 15 |
| – Beobachtungsbögen . . . . .   | 19 |
| – Hilfen zur Fehlerkorrektur . . . . .                                      | 25 |
| 10. Lernkarteien  |    |
| – Karteikartenreiter . . . . .  | 28 |
| – Karteikarten Brustschwimmen. . . . .                                      | 29 |
| – Karteikarten Kraulschwimmen. . . . .                                      | 65 |