
Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung.....	4
2. Wasserspiele-Olympiade.....	5
3. Voraussetzungen, Infos und Tipps für den Schwimmunterricht	
3.1 Voraussetzungen des Schwimmlehrers.....	6
3.2 Aufsichtsführung und Unfallverhütung.....	7
3.3 Baderegeln, Selbst- und Fremddrettung.....	10
3.4 Schwimmbzeichen.....	19
3.5 Tipps und organisatorische Vorbereitungsmaßnahmen.....	21
4. Wassergewöhnung und Wasserbewältigung.....	27
5. Bildfolgen und Übungen zu den Schwimmstilen	
5.1 Brustschwimmen.....	33
5.2 Kraulschwimmen.....	42
5.3 Rückenschwimmen.....	51
6. Tauchen.....	61
7. Wasserspringen.....	75
8. Spiele im Wasser.....	89