

Zeitschrift: Mobile : die Fachzeitschrift für Sport
Herausgeber: Bundesamt für Sport ; Schweizerischer Verband für Sport in der Schule
Band: 7 (2005)
Heft: 3

Inhaltsverzeichnis

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. [Voir Informations légales.](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 14.03.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Liebe Leserinnen,
liebe Leser,

Wie viele Schülerinnen und Schüler lernen während der obligatorischen Schulzeit schwimmen? Zur Klärung dieser Frage muss man sich mangels offizieller Statistiken auf persönliche und nicht repräsentative Umfragen stützen. Unsere «hausgemachte» Untersuchung hat zwei Schulen befragt und folgende Antwort erhalten: 75 Prozent aller Schülerinnen und Schüler der neunten Klasse können mindestens eine Beckenlänge schwimmen.

Die beiden Schulen befinden sich in verschiedenen Kantonen und sind, von der Schüleranzahl her gesehen, vergleichbar. Sie unterscheiden sich jedoch in einem wichtigen Punkt: Die eine Schule verfügt über ein Schwimmbecken, in dem seit 15 Jahren alle Schülerinnen und Schüler schwimmen lernen; die Schülerschaft der anderen Schule kann zwar in einer wunderschönen Dreifachsporthalle Sport treiben, ein Schwimmbad jedoch sucht man vergeblich. In dieser Schule können nur 50 Prozent der Schülerinnen und Schüler schwimmen.

Wo ein Schwimmbad fehlt, steht oft schlecht um die Schwimmfertigkeiten. Diese Situation wird durch repräsentative Studien aus Deutschland untermauert: Ein Viertel der Bevölkerung ab 14 Jahren erklärt, nicht oder nur schlecht schwimmen zu können. Beunruhigend ist vor allem die Tatsache, dass von den 6- bis 18-Jährigen ein Drittel nicht schwimmen kann – womit diese Altersgruppe unter dem Bevölkerungsdurchschnitt liegt.

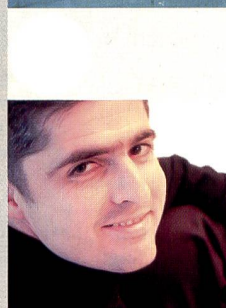
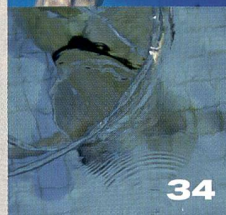
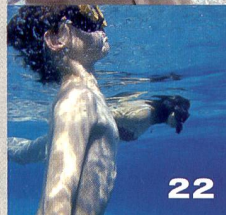
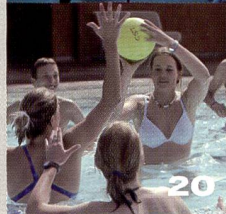
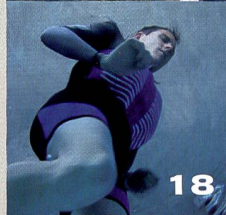
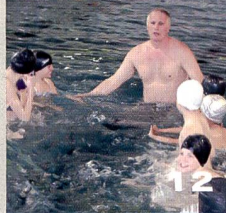
Die Zahlen zeigen, wie wichtig der Schwimmunterricht und ein nahe gelegenes Schwimmbad für die Schule sind. Aufgrund Schätzungen seitens des Verbandes swimsports.ch erhalten 50 bis 70 Prozent der Schülerinnen und Schüler etwa zehn Schwimmlektionen pro Schuljahr; nur ein Fünftel bis ein Viertel aller Schülerinnen und Schüler kommt in den Genuss einer Schwimmlektion pro Woche. Die Tendenz ist sinkend, aufgrund der bekannten Reduktion der Bewegungs- und Sportstunden an den Schulen und Hallenbad-schliessungen wegen fehlender finanzieller Mittel zu deren Sanierung und Unterhaltung. Die Umänderung von Schwimmbecken in Vergnügungsbäder trägt sicher nicht dazu bei, dem Schwimmunterricht Auftrieb zu verschaffen.

Wenn nicht von einem systematischen Schwimmunterricht in der Schule profitieren kann, muss private Kurse besuchen, was in der Schweiz jedoch nicht flächendeckend organisiert werden kann, da nicht genügend Infrastrukturen bestehen. Wer bis zum Alter von 18 Jahren nicht schwimmen gelernt hat, hat wenig Möglichkeiten, sich die schwimmerischen Fähigkeiten später anzueignen. Ein erwachsener Nichtschwimmer verzichtet auf eine sportliche Aktivität, die gesund ist und sich bis ins hohe Alter ausüben lässt, setzt sich dem Risiko des Ertrinkens aus und ist zudem nicht in der Lage, verunfallten Schwimmenden Hilfe zu leisten.

Nicola Bignasca
mobile@baspo.admin.ch



Foto: Daniel Käsermann



ETH-ZÜRICH

02. Juni 2005

BIBLIOTHEK

mobile

Die Fachzeitschrift für Sport

Wasser

Der kraulende Schwimmer im Hallenbad, die Surferin, der Eiskletterer oder eine Gruppe Kanuten: Sie alle beschäftigen sich mit dem Element Wasser. Während die eine darauf gleiten will, lässt sich der andere davon tragen. Und Dritte brauchen das Wasser mit all seinen Vorzügen als Trainingsvariante. So oder so: Wasser lässt niemanden kalt.

- 6 Overture
- 8 Der blaue Planet – Wir leben in einem Universum aus Wasser
Peter Wüthrich
- 10 Land der Berge und Seen und der Nichtschwimmer? – Eine Standortbestimmung zu den Schwimmfertigkeiten in der Schweiz
Nicola Bignasca
- 12 Schwimmfertigkeiten verbessern – Drei Projekte mit einem Ziel
Nicola Bignasca, Janina Sakobielski
- 14 Ich tauche, also schwimm ich – Das Modell der Kernelemente im neuen Lehrmittel «SchwimmWelt»
Roland Gautschi
- 18 Der Schwimmbadmarathon – Der Weltklasseläufer und Physiotherapeut Viktor Röthlin erläutert die positiven Aspekte des Wassertrainings
Roland Gautschi
- 20 Fitnassraum für Teams – Kräftigung für Spielsportarten im Hallenbad
Matthias Brunner
- 22 Wassererlebnisse – Alle Aktivitäten am, im und auf dem nassen Element
Janina Sakobielski
- 30 Wellness und Rehabilitation – Gesundheitstempel und Jungbrunnen
Janina Sakobielski
- 34 Damit «das» nicht passiert – Lehren, die aus tragischen Unfällen am Wasser gezogen werden müssen
René Mathys, Regula Stöcklin

Mehr Details

www.mobile-sport.ch

www.baspo.ch

www.svss.ch



**Dein Partner
bis zum letzten Kilometer.**

Neu! Ob Sie professionell Sport betreiben oder regelmässig sportlich aktiv sind – Isostar HYDRATE & PERFORM wirkt vor, während und nach der Leistung!

Isostar HYDRATE & PERFORM, das bei Sportlerinnen und Sportlern aller Leistungsklassen wissenschaftlich getestet wurde, steigert die Ausdauer um 19%*. Dank seiner isotonischen Zusammensetzung sorgt das Produkt für einen raschen Flüssigkeitsersatz, gleicht Ihren Flüssigkeitshaushalt aus und führt Ihnen die notwendige Energie zu. Isostar HYDRATE & PERFORM füllt die Energiereserven stark beanspruchter Muskeln rasch wieder auf und hilft Ihnen, immer höher gesteckte Ziele zu erreichen!

www.isostar.ch

isostar go far.



*Scientific Study, IRMS, 2004

«mobile» (7. Jahrgang: 2005) entstand aus der Zusammenlegung der Zeitschriften «Magglingen» (seit 1944) und «Sporterziehung in der Schule» (seit 1890)

Herausgeber



Bundesamt für Sport Magglingen (BASPO), vertreten durch Direktor Matthias Remund
Schweizerischer Verband für Sport in der Schule (SVSS), vertreten durch Präsident Joachim Laumann

Co-Herausgeber



Die Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu ist unser Partner in allen Fragen der Sicherheit im Sport.

Chefredaktor

Nicola Bignasca (NB)

Redaktionsrat

Barbara Boucherin, Adrian Bürgi, Marcel Favre, Erik Golowin, Arturo Hotz, Andres Hunziker, Bernard Marti, Walter Mengisen, Bernhard Rentsch, Rose-Marie Repond, Max Stierlin, Peter Wüthrich

Redaktorinnen und Redaktoren

Roland Gautschi (gau, deutsche Redaktion)
Véronique Keim (vke, französische Redaktion)
Lorenza Leonardi Sacino (lle, italienische Redaktion)

Bildredaktion

Daniel Käsermann (dk)

Übersetzungen

Janina Sakobielski, Marianne Scheer-Kocher

Redaktion

Redaktion «mobile», BASPO, 2532 Magglingen,
Telefon: ++41 (0)32 327 64 18, Fax: ++41 (0)32 327 64 78,
E-Mail: mobile@baspo.admin.ch,
www.mobile-sport.ch

Gestaltung und Druckvorstufe

agenturtschi, Soodstrasse 53, Postfach,
8134 Adliswil 2, www.agenturtschi.ch

Inserate

Zollikofer AG, Alfred Hähni, Riedstrasse 11,
8824 Schönenberg, Telefon: ++41 (0)44 788 25 78,
Fax: ++41 (0)44 788 25 79

Druck

Zollikofer AG, Fürstenlandstrasse 122, 9001 St. Gallen,
Telefon: 071 272 77 77, Fax: 071 272 75 86

Abonnementsbestellungen und Adressänderungen

Zollikofer AG, Leserservice, Fürstenlandstrasse 122, 9001
St. Gallen, Telefon: 071 272 74 01,
Fax: 071 272 75 86,
E-Mail: mobileabo@zollikofer.ch

Bezugspreise

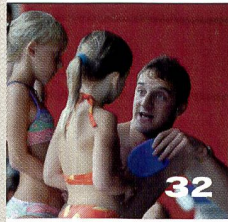
Jahresabonnement (6 Ausgaben): Fr. 42.– (Schweiz),
€ 36.– (Ausland), mobileclub: Fr. 15.–
Einzelausgabe: Fr. 10.–/F 7,50 (+Porto)

Nachdruck

Die in «mobile» publizierten Artikel und Fotos sind urheberrechtlich geschützt. Nachdrucke oder Kopien sind mit der Redaktion zu vereinbaren. Die Redaktion lehnt die Haftung für unverlangt eingeschickte Texte und Fotos ab.

Auflagen

deutsch: 10 233 Exemplare
französisch: 3184 Exemplare
italienisch: 1515 Exemplare
ISSN 1422-7851



32 **Fächerübergreifender Unterricht (2) – Experimente im Wasser**

38 **Sporternährung (3) – Gib dem Spiel guten Zucker!**
Véronique Keim

Ständige Rubriken

36 **DopingInfo – Ein altes Problem neu erkannt**
Bernhard Rentsch

40 **Bevor die Bahre ins Spiel kommt – Präventionskampagne der SUVA an Grümpeltournieren**
Bernhard Rentsch

43 **mobileclub**

45 **Neuerscheinungen**

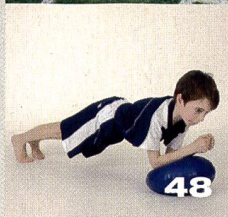
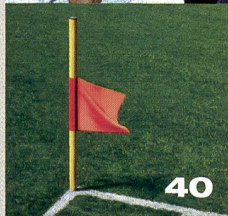
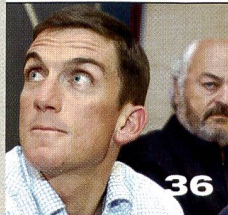
47 **Schaufenster**

48 **Mobilo – Ein Kissen zum Aufwachen**

51 **Schaufenster / Carte blanche**

53 **Bildungsangebote**

54 **Schaufenster / Vorschau**



Praxisbeilagen

Vom Tauchen zum Schwimmen

Wer tauchen kann, hat keine Angst vor dem Wasser. Wer keine Angst hat, lässt sich vom Wasser tragen und wer schwebt, wird bald auch schwimmen können. Ein Lernweg, der behutsam und spielerisch erfahren werden will. Zum Beispiel mit dieser Praxisbeilage.

Michael Bissig, Roland Gautschi

Fotos: Daniel Käsermann

Zeichnungen: Lucas Amos



Intermittierendes Training

Wer die Ausdauer nur mit Dauerläufen trainiert, verkennt, dass jede Sportart andere Anforderungen an die Sportlerinnen und Sportler stellt. Diese Praxisbeilage zeigt, wie mit kurzen und intensiven Einheiten ein spielerisches und sportartspezifisches Ausdauertraining gestaltet werden kann.

Ralph Hunziker

Fotos: Peter Battanta, Daniel Käsermann

Zeichnungen: Leo Kühne