

Schwimmunterricht an Bonner Volksschulen.

Mit Beginn des Winterhalbjahres haben wir in unseren Volksschulen an Stelle der wöchentlichen Spielstunde Schwimmen gesetzt, um dem Schwimmsport so allmählich die Pflege angedeihen zu lassen, die ihm gebührt. Damit ist der Schwimmunterricht pflichtmäßig geworden und zwar für alle Schüler und Schülerinnen vom 6. Schuljahr ab, die allwöchentlich einmal geschlossen zum Viktoriabad geführt werden sollen. Die städtische Badeverwaltung ist entgegengekommen, indem sie die Eintrittsgebühr auf 50 Pfg. pro Kopf ermäßigte und für die Morgenstunden den klassenmäßigen Besuch zuließ. Bevor die Kinder zum Wasserschwimmen geführt werden, sind die Trockenschwimmübungen in den Turnstunden ausgiebig zu betreiben, um die Schwimmbewegungen zu mechanisieren; allgemeine Gesundheits- und Verhaltensregeln werden eingeflochten. Die Absicht und die getroffenen Vorkehrungen der städtischen Schulverwaltung sind löblich und würden zum Ziele führen, wenn das Aber nicht wäre. In den folgenden Zeilen möchte ich auf die hervorgetretenen Widerstände kurz eingehen.

Zunächst begreife ich nicht, warum die Stadt den Klassen, die geschlossen zur Halle kommen, nicht freien Eintritt gewährt. Wenn auch bedürftigen Schülern das Eintrittsgeld vom Klassenlehrer erlassen werden kann, so werden die 50 Pfg. dauernd als Vorwand angeführt, um sich an

diesen Stunden vorbeizudrücken, ja selbst von solchen Eltern und Schülern, die sie wohl entrichten könnten. Ein Druckmittel ist dem Lehrer nicht in die Hand gegeben, da jeglicher Unterricht in der Volksschule schulgeldfrei ist. Vorab würde freier Eintritt wohl einen kleinen Ausfall bedeuten, der den Bock m. E. auch nicht fett macht. Das verpaßte Eintrittsgeld würde bald wieder wett gemacht sein, sobald der Schüler, die Schülerin, Schwimmen und das nasse Element lieben gelernt hat, sobald sie vertraut mit dem Wasser geworden sind und dann zu regelmäßigen Besuchern des Bades werden. Darum folgen wir dem Beispiel anderer Städte, wie z. B. Hamburg und Köln, die ihren Kindern freien Eintritt geben und außerordentlich erfreuliche Ergebnisse aufzuweisen haben. Die Stadtverwaltung bitte ich, ihren Beschluß noch einmal zu prüfen und Klassen, die geschlossen unter Führung ihrer Lehrer antreten, freien Eintritt zu gewähren.

Bei dieser Gelegenheit möchte ich die Badeverwaltung auch bitten, eine Anzahl Schwimmhosen kostenlos bereitzustellen für solche Schüler, die sich nun einmal selbst keine beschaffen können. Die Hosen könnten dem aufsichtführenden Lehrer auf Anforderung ausgehändigt und von ihm wieder zurückerstattet werden.

Ein weiteres Hemmnis, das in der Kindesnatur wurzelt, ist die Angst vor dem Wasser. Diese Scheu vor dem Wasser ist jedem Menschen eigen, dem einen mehr, dem anderen weniger; auch der kühnste Salamanderschwimmer hat sie, wenn er sich noch einmal seiner ersten Schwimmversuche erinnert, überwinden müssen. Es ist schier unglaublich, welche Entschuldigungsgründe diese Furcht vor dem Wasser bei unsern Jungens zeitigt. (Bei den Mädchen soll es, wie mir versichert wird, nicht so schlimm sein!). Heißt es zum Schwimmen antreten, dann ist der eine erkältet, der andere hat Ohrenschmerzen, der dritte bekommt schon keine Luft mehr, ein halbes Dutzend erhält kein Geld von den Eltern, andern fehlen die Badehosen u. s. f. Leichtgläubige Eltern schenken ihren Kindern Glauben, und wenn der Lehrer trotzdem den „armen“ Burschen mit zur Halle nimmt, dann ist er ein Peiniger und herzlos. Aerztliche Atteste werden gebracht, Mütter kommen und jammern, und so geschieht es, daß junge Menschen niemals die wohlthätige Wirkung des Wassers und des Schwimmens für die Erhaltung und Förderung der Gesundheit an sich verspüren.

Eingangs erwähnte ich, daß alle Schüler und Schülerinnen vom 6. Schuljahre, wenigstens vom 7. ab zur Schwimmhalle geführt werden sollen. Die Frage, in welchem Schuljahre mit dem Schwimmen begonnen werden soll, wird verschieden beantwortet. Nach meinen Erfahrungen ist für Knaben entschieden mit dem 6. Schuljahre zu beginnen. Was die Mädchen anbelangt, so möchte ich auf eine Umfrage hinweisen, die auf Anregung einer Hamburger Mädchenschule dort veranstaltet wurde. Von den eingelaufenen Antworten von 68 Mädchenschulen wünschten 17 eine Hinaufsetzung auf das siebente oder achte Schuljahr, weil die Mädchen dann schon kräftiger seien und schneller lernten, die übrigen 51 sprachen sich für Beibehaltung des 6. Schuljahres, drei davon für das 5. aus, weil die Mädchen dann noch unbefangener seien, und besonders, weil sie ein Jahr früher und vor der Entwicklung zum Schwimmen kämen. Diese Frage ist vorab für unsere Verhältnisse noch von untergeordneter Bedeutung. Viel wäre erreicht, wenn alle Systeme sich, wenn auch nur mit dem 7. und 8. Schuljahr, beteiligten. Aber meist sind es dieselben Klassen, die im Viktoriabad regelmäßig erscheinen; die allermeisten bleiben fern. Der Weg zum Viktoriabad ist allerdings für manche Systeme recht weit; für diese Schulen könnten zwei planmäßige Turnstunden aufeinander folgen und diesem Einwande wäre begegnet. Versuchen wir es, Herr Schulrat Dr. Baedorf, selbst ein Freund des Wassersports, wird seine Zustimmung zu diesem Vorschlage nicht versagen.

Allen Widerständen trotzend, dürfen wir nicht rasten, diesen Zweig der Leibesübung, dem Turnen im Wasser, die gebührende Stelle in der Volksschule zu verschaffen. Bislang beschränkten sich die Leibesübungen in der Schule fast ausschließlich auf Turnen und Spiel; gerade in der Volksschule muß der Wassersport eine eifrige Pflegestätte finden, wenn wir ihn

in das Volk hineintragen wollen. Zudem führt nur allseitige Körperübung zu allseitiger Körperbildung. Nun sind alle Leibesübungen in der Schule zunächst nach allgemein bildenden Gesichtspunkten zu pflegen. Dies geschieht am besten in Form von Gemeinübungen, bei denen alle Schüler einer Klasse unter Anleitung und Aufsicht ihres Lehrers die gleiche Uebungsform betreiben. Diesem Grundsatz ist leicht bei den Trockenschwimmübungen Genüge zu leisten. Aber nun kommt man mit 40—50 Schülern in die Halle; die bereits schwimmen können, erhalten eine Aufgabe zur selbständigen Erledigung oder werden als Helfer bestimmt. Mit dem Rest wird das in der Turnhalle Gelernte im Wasser als Gemeinschaftsübung wiederholt, Atmungsübungen oder dergl. schließen sich an, und die noch übrige Zeit reicht gerade aus, sich mit einigen Wenigen zu befassen, während ein großer Teil der Uebenden sich selbst überlassen bleibt und dann natürlich wieder gleich die warme Brause aufsucht. Wäre es da nicht begrüßenswert, wenn die Aufseher im Viktoriabad mit Hand anlegten und den Lehrer in seiner Arbeit unterstützten? Der Dank der Schüler oder Lehrer wäre ihnen sicher.

Ein weiterer Vorschlag, die Schwierigkeiten des Massenschwimmunterrichts leichter zu bannen, wäre, im Wasser mit dem Rückenschwimmen zu beginnen und dann erst das Brustschwimmen folgen zu lassen.

Doch darüber das nächste Mal.

Spoden.

Schwimmunterricht an Bonner Volksschulen.

(Fortsetzung.)

Die Grundzüge des ganzen Schwimmunterrichts bilden die Uebungen auf dem Lande, das Trockenschwimmen. Wir betreiben diese Vorübungen in jeder Turnstunde als Freiübungen und am Gerät. Zuerst erfolgt die Einübung der Schwimmbewegung, dann die Automatisierung derselben und schließlich die Uebung auf Dauer. Auf Einzelheiten der Trockenschwimmübungen will ich nicht näher eingehen, da methodische Erörterungen für die meisten Salamanderleser wohl langweilig sind. Wertvolle Winke gibt der Dresdner Kollege Züllchner in seinem Schriftchen: „Der Wasserschwimmunterricht in Schulen und Vereinen“. Ferner ist der „Kleine Schwimm-Leitfaden“, herausgegeben von der Werbestelle des Deutschen Schwimm-Verbandes“ sehr empfehlenswert. Die Trockenschwimmübungen werden auch dann noch fortgesetzt, wenn die Schüler schon etwas schwimmen können; denn sie bieten dem Lehrer die einzige Möglichkeit, eine größere Abteilung zum Uebenden gleichzeitig zu übersehen, an jeden heranzutreten und seine besondern Fehler in Haltung und Bewegung zu verbessern. Einen weiteren Vorzug besitzen sie darin, daß sie nicht wie die Uebungen im Wasser infolge der Abkühlung der Kinder abgebrochen zu werden brauchen.

Zweckmäßige Uebungsgeräte, die es den Zöglingen ermöglichen, den Schwimmstoß so lange zu üben, bis die Bewegung so mechanisch wird wie das Gehen und Laufen d. h. die Bewegung automatisiert ist, fehlen uns gänzlich. Die in manchen Städten früher benutzten Schwimmböcke, die billig, leicht aufstellbar und für die Stärkung der Rückenmuskulatur gleichzeitig ein vortreffliches Turngerät abgaben, wiesen für ihren eigentlichen Zweck große Mängel auf. Als Notbehelf dienen uns die schwedischen Bänke, die mehreren Schülern ein gleichzeitiges Ueben erlauben, andererseits werden die Beine an einer korrekten Ausführung der Bewegung durch das Gerät behindert.

Jedenfalls sind reichliche Uebungen im Seitgrätschen an Pferd und Barren, auch Freiübungen zur Dehnung im Schritt, häufige Uebungen im Armentempo bei festgeschlossenen Beinen, Klimmzüge mit Beinbewegungen am Becken am Platze. Allmählich bekommt dann der Uebende das richtige Gefühl für die wirksamste Ausführung der Bewegung; er merkt schließlich, daß es darauf ankommt, „sich nach Art von Klimmzügen im Wasser vorwärts zu ziehen.“

Nach Erledigung der kurz angedeuteten Uebungen folgt das Wasserschwimmen. Im Becken für Nichtschwimmer werden die Schüler mit dem Wasser vertraut gemacht, Atmungsübungen im Stehen, Knien, mit Tauchen und in Verbindung mit Springen folgen. Gerade bei den Uebungen zur Überwindung der Wasserscheu soll man nicht zu sehr hasten. Man gebe dem Schüler reichlich Zeit, sich frei im Wasser herumzutummeln, man halte ihn nicht dauernd an der Stange, Geduld ist hier am Platze. Nun lasse ich die Uebenden in drei Flankenreihen antreten; die beiden Außenstehenden reichen sich die Hände, der dritte legt sich über die gestreckten Arme, und die Trockenschwimmübungen werden in dieser Lage wiederholt. Abwechselnd folgt der Rechtsstehende und zuletzt der linke Helfer. Auf diese Weise kann ich das Prinzip des Massenunterrichts in Gestalt gleichzeitiger Bewegungen in gleichzeitiger Ausführung durch eine größere Anzahl im Viktoriabade durchführen, da Hängegurte (Angel) dort nicht für Klassen in Frage kommen. In der folgenden Stunde treten zwei Flankenreihen an; jeder Schüler erhält einen Obmann, der ihn vor reichlichem Wasserschlucken bewahrt.

Als Hilfsmittel, die den Uebergang zum freien Schwimmen vermitteln, haben wir in unserer Halle die Schwimmbüchsen und neuerdings Korkgürtel, die recht praktisch, einfach zu handhaben sind und von unsern Schülern gerne angelegt werden. Eine Vermehrung der Korkgürtel ist zu

empfehlen, besonders da oft Knaben- und Mädchenklassen gleichzeitig anwesend sind, und dann die Anzahl der vorhandenen Gürtel bei weitem nicht ausreicht. Der Uebergang zum freien Schwimmen bereitet nun keine großen Schwierigkeiten mehr; dann ist das Ziel des Schulschwimmunterrichts erreicht. Schüler, die rasch und sicher zum freien Schwimmen gekommen sind, erhalten Anleitung zur Weiterbildung, Unterweisungen in einfachen Sprüngen (Tiefsprung, Kopfsprung), im Tauchen und in den Anfängen des Rettens. In meinen Ausführungen über den Schulschwimmunterricht habe ich vornehmlich an das Brustschwimmen gedacht; es ist die bei uns allgemein gebräuchlichste Art des Schwimmens, die Gesundheit am meisten fördernd und schließlich auch die schönste Schwimmform. Ob das Brustschwimmen die Schwimmart ist, die bei allen Schülern am schnellsten zum Ziele führt, ist allerdings fraglich. Individuell heißt es auch hier zu Werke gehen. Es gibt geborene Brust-, Rücken- usw. Schwimmer. Bei mir haben eine Reihe von Schülern zuerst Schwimmen in der Rückenlage gelernt. Es ist nicht zu verkennen, daß der Bewegungsrhythmus beim Brustschwimmen schwierig ist, viel Zeit, Uebung und Geduld erfordert. Nach dem bekannten Satz: Fett schwimmt oben, muß der Fettarme durch eingeatmete Luft nur ersetzen, was ihm an Leibesfülle fehlt. Dann gelingt es tatsächlich dem Uebenden, sich in der Rückenlage im Wasser zu halten. Die Arme werden auf dem Rücken verschränkt, der Kopf zurückgebeugt, Augen, Mund und Nase bleiben frei, der ganze übrige Körper ist im Wasser. Damit wird begonnen. In den folgenden Stunden werden die Arme gelöst, die Hände so geführt, daß sie viel Wasser unter den Körper drücken (paddeln), schließlich treten die Beine mit in Tätigkeit, und es beginnt die fröhliche Uebung. Um des Schülers Vertrauen zum nassen Element nicht zu schwächen, üben stets zwei Schüler zusammen, sich gegenseitig helfend. Allzugerne senkt der Schwimmer die Beckengegend, und um dies zu verhindern, übt der Helfer einen leichten Gegendruck von der Rückenseite aus. Der Uebergang aus der Rücken- in die Brustlage bereitet nur mehr wenig Schwierigkeiten.

Schwimmenlernen, besonders der Massenschwimmunterricht, ist ein Kapitel für sich. Es wäre mir sehr erwünscht, wenn unsere Schwimmwarte, die doch eine langjährige Praxis auf diesem Gebiete hinter sich haben, auch ihre Erfahrungen und Verbesserungsvorschläge an dieser Stelle niederlegen würden.

S p o d e n.