

**Projektnummer: 66107**

**Projektleiterin:  
Ruth Tschentscher**



## **Projekt: Schwerelos neuen Halt finden – Schnuppertauchen**

### **Kurzbeschreibung des Projekts:**

Wer träumt nicht auch schon mal davon, in eine ganz neue Welt einzutauchen und dabei neue, spannende Erfahrungen machen zu können? Das Gerätetauchen hat sich in den letzten Jahren zu einer weit verbreiteten Sportart entwickelt. Davon haben natürlich auch unsere Schüler erfahren und den Wunsch bekundet, diese Sportart auch einmal auszuprobieren.



Neben den rein freizeitorientierten Gesichtspunkten bietet das Schnuppertauchen aber insbesondere für Förderschulen ganz wichtige Elemente und Ziele. Neben dem Erwerb von taucherischen Wissen und Fähigkeiten stehen insbesondere die erlebnispädagogischen Erfahrungen im Vordergrund. Sich fallen lassen, dabei neuen Halt gewinnen, Grenzen austesten, Außergewöhnliches leisten, vollstes Vertrauen zu seinem Tauchpartner entwickeln, Beruhigung durch die Stille des

Tauchens bei impulsiven Kindern, Verhaltenstraining durch unbedingtes Einhalten von Regeln, sich Ziele setzen und diese erreichen und die Förderung der Selbst- und Körperwahrnehmung sind nur einige von vielen beim Schnuppertauchen relevanten Aspekte und Zielsetzungen.

### **Unser Projekt vor Ort:**

Im Rahmen unseres Wahlpflichtunterrichts haben sich 15 Schüler und Schülerinnen von Ostern bis zu den Sommerferien einmal pro Woche für zwei Stunden getroffen, um die Grundzüge des Tauchens zu erlernen. Der Unterricht wurde von unserer hiesigen Tauchscheule Cool Dive gehalten, unterstützt von zwei KollegInnen unserer Schule. Auch die Ausrüstung wurde von der Tauchscheule bereit gestellt.

Bevor es jedoch ins Schwimmbad ging, gab es eine harte Doppelstunde Theorie. Die Auswirkungen des Druckunterschieds und Berechnungen dazu, die veränderten Hör- und Sichtbedingungen mussten ebenso wie Gefahren und häufige Tauchunfälle bzw. die Eindämmung dieser erlernt werden. Einige hatten danach so viel Respekt, dass sie es später viel Überwindung gekostet hat, mit Gerät unter Wasser zu gehen. Es haben jedoch alle geschafft und sind dementsprechend stolz auf sich und ihre Mitstreiter.

Bevor es jedoch mit Sauerstoffflasche unter Wasser ging, wurden die Grundzüge des Schnorchelns erlernt. Der richtige Beinschlag, mit Schnorchel abtauchen und ihn dann ausblasen, die mit Wasser gefüllte Taucherbrille wieder frei bekommen sowie Zeit- und Streckentauchen stand auf dem Programm. Körperwahrnehmung und Anstrengungsbereitschaft waren da gefragt. Aber: Alle SchülerInnen haben ihr Junior-Schnorchel Brevet A geschafft, viele schon Teile des Brevet B absolviert. Dieses wurde offiziell zertifiziert, die Zertifikate am Ende des Kurses offiziell überreicht.



Danach ging es dann nun endlich mit Flasche und Tauchausrüstung ins Wasser. Das Atmen unter Wasser war für viele schon ein Erlebnis. Neben der freien Bewegung unter Wasser und dem damit verbundenen (eigentlich nicht zu beschreibenden) Schwebefühl standen aber auch dann diverse Übungen an: Atemregler rein und raus, Wechselatmung, Buddy-Tauchen. Zu Anfang war die sichere Schwimmbadkante für viele noch sehr wichtig. Am Ende tollten jedoch alle kreuz und quer durchs Becken, spielten Fangen, machten Purzelbäume – und das alles unter Wasser!

Das Abschlusstauchen im Freibad musste aufgrund von zu viel Regen leider abgesagt werden. Dafür haben wir jedoch im Hallenbad noch eine Runde Unterwasserrugby gespielt und das Trieren mit dem Jacket geübt. Soviel Luft in das Taucherjacket zu lassen, dass man weder absackt noch hochgeht, erfordert viel Fingerspitzengefühl. Aber auch das haben einige für diese kurze Übungszeit gut hinbekommen.

Die schon erwähnten Zertifikate durften natürlich auch nicht fehlen und wurden zum großen Teil am nächsten Tag im Rahmen des Klassenunterrichts verteilt. Viele der eher ruhigen Schüler konnten noch einmal von ihrem besonderen Erlebnis berichten und erfuhren so noch einmal eine große Anerkennung.

Und zu guter Letzt? Aufgrund der vielen Erzählungen und Bilder wurden auch die anderen KollegInnen so neugierig gemacht, dass es noch ein abschließendes Lehrer-Schnuppertauchen gab, bei dem viele der oben genannten Übungen im Schnellverfahren durchgeführt wurden. Dieses Training hat uns die Tauchschule Cool Dive freundlicherweise kostenlos ermöglicht.



**Schwerelos neuen Halt finden? – Es hat geklappt!**

**Vielen Dank!**