

**Zeitschrift:** Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport

**Herausgeber:** Eidgenössische Sportschule Magglingen

**Band:** 52 (1995)

**Heft:** 1

**Artikel:** Individualisieren im Schwimmunterricht

**Autor:** Schüpbach, Jürg

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-993165>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. 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. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **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. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **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. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 17.04.2026

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

## Erziehung zur Selbständigkeit

# Individualisieren im Schwimmunterricht

Jürg Schüpbach

Fotos: Daniel Käsermann

**Individualisieren ist weder der neueste didaktische Gag, noch eine methodische Variante. Es ist etwas völlig anderes, verlangt von allen Beteiligten volles Engagement und reicht weit über das eigentliche Fachlernen hinaus.**

Individualisieren verlangt eine grundsätzlich andere, vielleicht neue Einstellung und Haltung dem Lernen und Lehren gegenüber. Wenn die fehlt, werden alle noch so schönen methodischen Formen, Tricks und Tips erfolglos bleiben. Wer dafür nicht bereit ist, soll sich besser gar nicht auf diese Reise machen... Es ist nämlich tatsächlich eine Reise, ein Weg, ein Prozess der Entwicklung und Veränderung, bei dem man Schritt für Schritt neue Entdeckungen machen wird und dabei hoffentlich immer klarer erkennt, worum es bei diesem «Individualisieren» letztlich geht. Der springende Punkt ist der, dass man diesen Weg wirklich machen muss – es wird einem dabei kein Meter geschenkt!

## Keine Neuheit

Das «selbständige und eigenverantwortliche Lernen» als didaktisches Konzept ist weder eine «Modeströmung» noch eine Neuerfindung unserer Zeit. Der Grundgedanke, dass Schüler individuelle Persönlichkeiten sind, selbständig lernen können (ROUSSEAU) und deshalb auch selbständig lernen sollen, die Auffassung, dass das Lernen «Sache des Individuums» (PESTALOZZI) sei, sind spätestens seit dem letzten und anfangs unseres Jahrhunderts von verschiedenen Pädagoginnen und Pädagogen sowohl theoretisch dargestellt wie auch konkret in ihrer Praxis vorgelebt worden.

Mit anderen Worten: Es gibt sehr wohl eine Entwicklung und Geschichte des individualisierenden, selbständigen und eigenverantwortlichen Lernens, und es scheint angebracht, sich auch Gedanken zu machen über den Ursprung dieser Idee vom Menschen, der selber etwas tun will («sä!ber!», wie sich bereits kleine Kinder unmissverständlich ausdrücken), der sein Tun und Lassen selber und per-

sönlich verantwortet, der aus freien Stücken Entscheide für sein Lernen und Leben fällt und dem diese Menschen-Freiheit nichts Selbstverständliches und vielleicht gerade deshalb sehr viel wert ist.

## Das Anliegen

Es geht heute im Unterricht nicht mehr allein um die Förderung der «Sachkompetenz», sondern ebenso um andere Kompetenzbereiche wie beispielsweise die «Selbst-» oder die «Sozialkompetenz». Gesellschaftliche Strukturen, die Arbeits- und Freizeitwelt, Normen- und Wertvorstellungen und vieles mehr haben sich in den letzten Jahren und Jahrzehnten in einem schier unvorstellbaren Mass entwickelt und verändert. Man mag das bedauern oder begrüssen – leugnen lässt es sich nicht. Und alle Unterrichtenden erfahren täglich, was das hinsichtlich der Voraussetzungen und des Verhaltens der Kinder und Jugendlichen (und notabene auch der Erwachsenen) bedeutet. Schule und Unterricht heute oder meinetwegen «Schule 2000» ist etwas erheblich anderes als die «Schule 1960». Weil die Menschen und die Welt anders sind.

Das verantwortungsarme oder verantwortungslose Verhalten ändern Menschen, späteren Generationen und unserer Erde mit all ihrem Leben gegenüber, der «Konsumtrip» unserer sogenannten Zivilisation («Zuvielisation») hat jemand an eine Wand gespritzt) und das Desinteresse vieler aus einer Übersättigung durch die Medien einerseits und einer Armut an Lebensechtheit andererseits heraus, all das wirkt sich in höchstem Masse auch auf das Lernverhalten in unserem Unterricht aus. Wir dürfen nicht dazu beitragen, dass zwar der individuelle Delphinbeinschlag optimiert und der 400-m-



Lagen-Weltrekord verbessert wird, dass aber darob unsere Welt kaputt geht. Das ist zwar sehr krass ausgedrückt, aber langsam sind wir soweit. Zweifellos wäre es anmassend, mit dem Individualisieren und den daraus sich ergebenden Lehr- und Lernformen «die Menschheit bekehren zu wollen». Aber: Wir können und müssen über unsere eigenen und persönlichen Wertvorstellungen und über unser Verhalten nachdenken, wir können und müssen als Lehrende entscheiden, aus welcher Haltung heraus wir unterrichten und welche Einstellungen und Haltungen unserer Schülerinnen und Schüler wir unterstützen und fördern wollen. Mir persönlich ist es ein Anliegen, beispielsweise und neben anderem

- das individuelle Wollen, den persönlichen Willen,
- die Eigenverantwortung, das Verantwortungsbewusstsein überhaupt,
- das Bewusstsein der persönlichen Autonomie und der Interdependenz,
- ein sinn- und sinnvolles Lern- und Arbeitsverhalten,
- Anteilnahme und Anteilgabe,
- die individuelle Freiheit und solidarisches Verhalten

auch im Unterricht zu berücksichtigen und zu fördern. Und das muss bedeuten, dass ich meinen Unterricht derart konzipiere, dass diese Anliegen zwingend zum Zug kommen. Deshalb engagiere

ich mich auch für «individualisierende Lernformen», für selbständiges und eigenverantwortliches Lernen und das dementsprechende Lehren.

Wir sprechen im Sportunterricht gerne vom «lebenslänglichen Sporttreiben». Das bedingt, dass wir die bei uns Lernenden auch lehren, wie sie ihren Sport selbständig, für sich ausüben können. Sie dürfen durch ihr Lernen nicht von einem Lehrer oder von einer Leiterin lernabhängig werden, d.h. sie müssen neben der schwimmtechnischen Sachkompetenz und Fähigkeit auch lernen, wie sie das selbständig lernen und betreiben können, und dass sie dies aus ihrem eigenem Willen heraus auch machen dürfen und sollen.

## Zwei Welten

Wenn wir Schwimmsportunterricht erteilen, sind wir immer wieder mit (mindestens) zwei grundverschiedenen Welten konfrontiert (Abb.1)

### Das Normierte

Einerseits haben wir es zu tun mit der Welt unseres Fachgebietes, mit bestimmten «Techniken» und Bewegungsabläufen. Diese Welt beinhaltet das Objektive, das Allgemeine, das (teilweise hochgradig) Normierte und Reglementierte. Es ist das, was für alle einigermaßen gleich sein sollte und für alle gilt: der Kraularmzug, der Startsprung, ein Rettungsriff, eine Synchronfigur oder Wasserballregel; all das bezeichne ich als

**Das Objektive  
das Allgemeine  
das für alle Gleiche  
das Normierte**

**Das Subjektive  
das Individuelle  
das Einzelne  
das Persönliche**

Abb. 1: Zwei Welten

«Welt des Normierten». (GALLIN & RUF, die diesen Gedanken skizzieren [«Auf eigenen Wegen zur Fachkompetenz», 1990] sprechen in diesem Zusammenhang vom «Regulären».)

### Das Individuelle

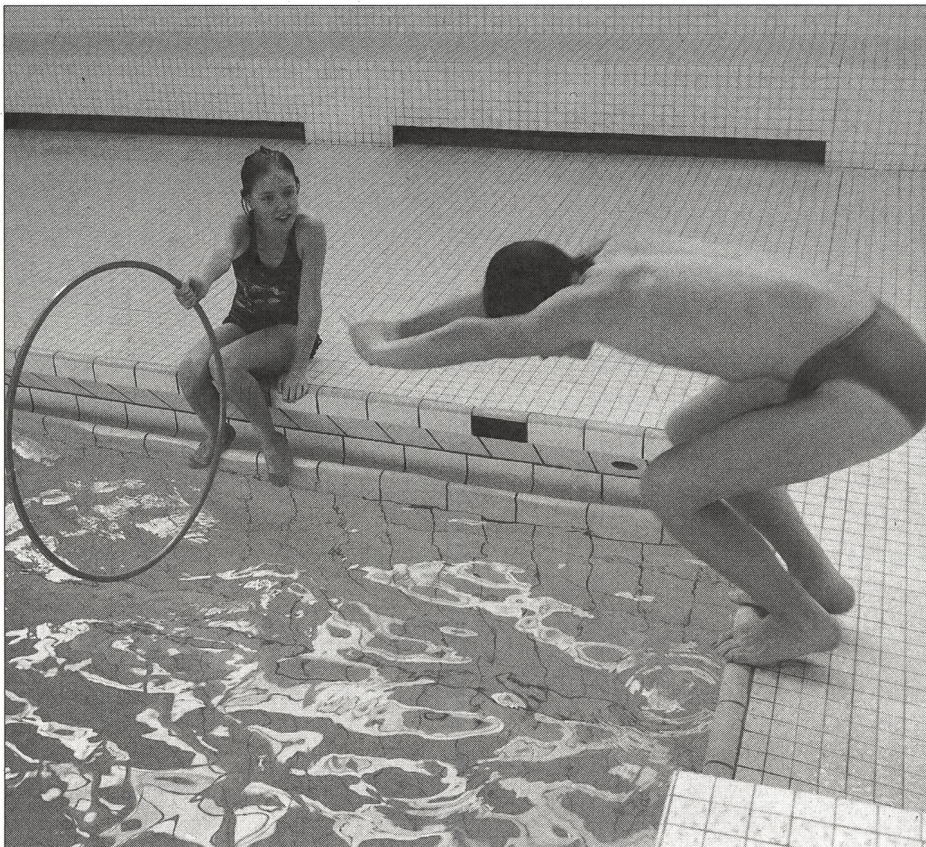
Andererseits beschäftigt uns die Welt unserer Schwimmerinnen und Schwimmer mit all dem, was sie an Fähigkeiten und Unfähigkeiten, an Gefühlen und Stimmungen, an persönlichen Möglichkeiten und Grenzen und auch an Themen und Themensichtweisen mit sich bringen. Diese Welt ist das Subjektive, das Individuelle, das Persönliche und Einzelne.

### Verhältnis zueinander

Meist zielt der Unterricht darauf ab, den Lernenden die Welt des Objektiven beizubringen. Das heisst, dass sie ihre individuelle Welt (die man vielleicht noch in der Phase der «Motivation» anspricht: «Die Lernenden dort abholen, wo sie sind», immer mehr aus dem Unterricht herausnehmen und heraushalten müssen, dass ihre Fähigkeiten und Möglichkeiten nur insofern gefragt sind, als dieselben dazu dienen, das Objektive und Normierte aufzunehmen und auszuführen.

### Schule allgemein

Lernende erleben von der Zeit des Volksschulunterrichts an immer wieder, dass «ihre Welt» kaum zählt, dass praktisch immer irgendwann der Moment kommt, wo sie diese persönliche Welt verlassen und sich die andere aneignen müssen. «Individualisieren» würde aber bedeuten, diese Welt des Subjektiven und Individuellen ebenso ernst zu nehmen wie das Normierte. Sie ist nicht nur temporär und partiell im Bereiche des Methodischen «anzuzapfen» («Versuch' doch mal selber, wie es bei dir am besten geht...»), um dann wiederum auf das «Seriöse», das Objektive, auf die Technik einzuschwenken. Das ist ein Grundkonflikt in der «Lernkarriere» – wir alle haben das vor vielen Jahren als kleine Schülerinnen und Schüler an uns selber erlebt. Anfangs waren die meisten von uns begeistert ob dieser «neuen Welt», aber üblicherweise änderte sich das nach einigen Jahren, als wir den Eindruck erhielten, dass die Schule ein ziemlich stoffsüchtiges und auf Normen hin (Grammatik, Mathematik-, Physik- und Chemie-Formeln, geographische Sachverhalte und geschichtliche Ereignisse und anderes mehr) orientiertes Unternehmen sei, und wir die Trennung der Welten ge-



fühlsmässig wohl recht stark empfanden... Heute sind wir alle als Lehr- und Leitpersonen «auf der anderen Seite» und haben möglicherweise die Tendenz, diese Grunderfahrung zu übersehen. Wir sind zu Anwälten und Vertretern des Stoffes, der andern, der normierten und objektiven Welt geworden. Und jetzt sollen wir auf einmal «individualisieren», beide Welten ernst nehmen?

### Sportunterricht

Das ist im Schwimmsportunterricht (und in praktisch allen andern Bereichen des Sportunterrichts) nicht wesentlich anders als in der Mathematik oder Sprache: Auch bei uns gibt es jede Menge «Richtiges», Definiertes, Festgelegtes, Normiertes – und dementsprechend ist unser Konflikt vorprogrammiert: Wir stehen zwischen den «zwei Welten» und müssen uns entscheiden, ob wir nun das Normierte des Schwimmsports oder das Subjektive der lernenden Individuen ernst nehmen sollen.

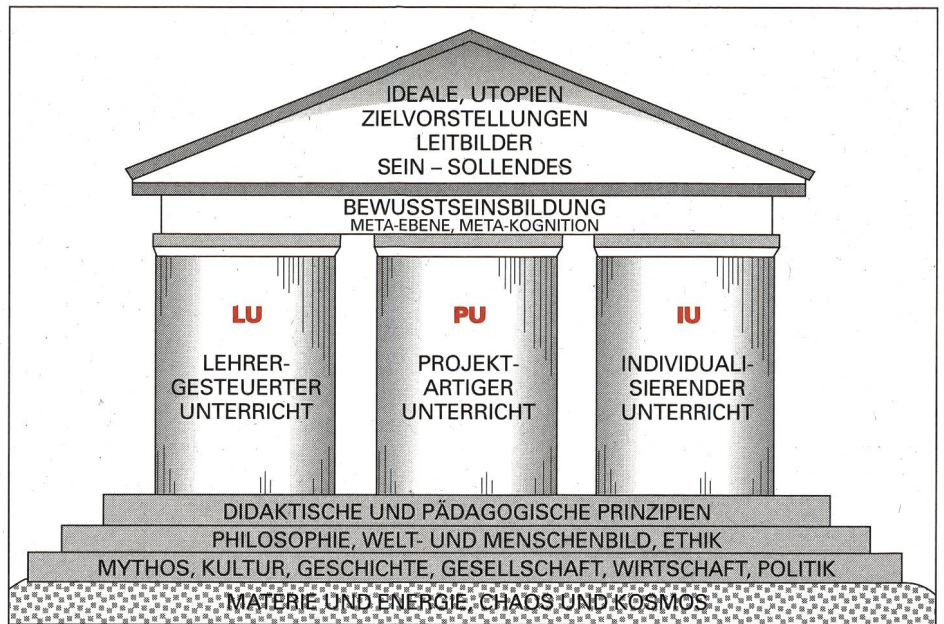
Man mag hier Ausflüchte suchen und einwenden, die «pädagogische Grundhaltung» sei doch das Ernstnehmen des Subjektiven, man bemühe sich doch, auf die Lernsituation und die Schwierigkeiten der einzelnen einzugehen. Aber es ist nicht das gemeint! Denn so gesehen ist und bleibt das Normierte der Zielbereich – basta! Es geht aber darum, grundlegend andere didaktische Konsequenzen zu ziehen beim Individualisieren, es geht um den Anspruch, dass auch inhaltlich und methodisch nachhaltig individualisiert und differenziert wird.

Und damit stossen einige von uns vielleicht an eine Grenze des Individualisierens, und ich finde es ehrlicher und konsequenter, wenn wir zu dieser Grenze stehen, als wenn wir den Begriff des Individualisierens verwässern. Beide dieser «zwei Welten ernstnehmen, führt zu einem neuen Unterrichtsmodell.

### Drei Säulen im Tempel-Modell

Es wäre äusserst problematisch, wenn wir den Unterricht nur noch auf eine alleinseligmachende methodische Form hin ausrichten wollten. Jede Lernform, und sei sie noch so gut, hat ihre Vor- und Nachteile, entspricht den einen mehr und den andern weniger. Ich versuchte deshalb, in meinem Unterrichts-Konzept drei grundsätzlich verschiedene Lehr- und Lernformen nebeneinanderzustellen und in einem umfassenderen Modell, den «Tempel» zu integrieren.

Die drei Säulen sind drei sich ergänzende Hauptformen des Lehrens und Lernens, des didaktischen Handelns.



Der lehrergesteuerte Unterricht ist die üblichste und traditionellste Lehr-/Lernform sowohl in der Volksschule, an Mittel- und Hochschulen wie auch in Kursen – auch im Schwimmsportunterricht. Ich verstehe darunter all jenen Unterricht, in welchem die Lehrerin oder der Lehrer die wichtigen Faktoren (Thema, Bedeutung und Ziele, Methoden und Sozialformen, Lerndauer, Ergebnisse und deren Bewertung) von sich aus festlegt und diesen Unterricht auch entsprechend plant und klar führt.



Der projektartige Unterricht ist als Hochform der Gruppenarbeit die geeignetste Art, um gemeinschaftsbildende und demokratische Arbeitsformen zu lernen: Alle Beteiligten (inklusive Lehrer) engagieren sich für die Gemeinschaft und stellen ihre individuellen Fähigkeiten partnerschaftlich in den Dienst des «Gemeinwohls», des Ganzen. Das ist die offenste und flexibelste und dementsprechend auch die risikoreichste und «unverschulteste» Lernform.



Beim individualisierenden Unterricht übernehmen die einzelnen Lernenden Entscheidendes: Je nach Erfahrungsniveau bestimmen sie, was sie wann und wie lernen; sie definieren beispielsweise den Lerninhalt, die Lerndauer, die Sozialform, Hilfeleistungen sowie die Ergebnisse und deren Beurteilung. Sie übernehmen hier auch viel bewusster die Verantwortung für ihr Lernen.

Lehrergesteuerter Unterricht	Projektartiger Unterricht	Individualisierender Unterricht
<p>Beispielsweise:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Einführung Kraularmzug</li> <li>● Aufbau Tauchzug nach Startsprung Brustgleichschlag</li> <li>● Vorübungen Salto vw</li> <li>● Gruppenkür im Synchronschwimmen</li> <li>● Korrektur Rettungsgriffe</li> <li>● Wasserball-Spiel</li> <li>● Leeren der Maske beim ABC-Tauchen</li> </ul>	<p>Beispielsweise:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Seeüberquerung, Flussschwimmen</li> <li>● Mini-Triathlon</li> <li>● Nacht-Schwimmfest</li> <li>● Wassersport-Woche an einem See (Schwimmen, Schnorcheln, Surfen, Segeln, Rudern, Floss bauen... Unterkunft, Essen usw.)</li> </ul>	<p>Beispielsweise:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Individuelles Training in den verschiedenen Schwimmmarten und Schwimmsportbereichen</li> <li>● Lernprogramm Delphin</li> <li>● Übungen aus den Testreihen des IVSCH</li> <li>● Individueller IVSCH-Test als Lernkontrolle und Abschluss</li> </ul>

Tab. 1: Mögliche Aufteilung nach Themen.

Lehrergesteuerter Unterricht	Projektartiger Unterricht	Individualisierender Unterricht
<p>Vermittelndes Lehren und geführtes Lernen. (Der Lehrer ist Weg-Weiser, Vorausgehender)</p>	<p>Gemeinsames und gemeinschaftliches Lehren und Lernen. (Der Lehrer ist Weg-Gefährte, Mitgehender)</p>	<p>Selbständiges Lernen und begleitendes Lehren. (Der Lehrer ist Weg-Berater, Begleiter)</p>
<p>Methodische Formen: Vorzeigen – Nachmachen, Erzählen – Zuhören, Erklären, Üben, usw.</p>	<p>Methodische Formen: Jemand hat eine Idee, wir planen – realisieren – besprechen – beurteilen sie gemeinsam.</p>	<p>Methodische Formen: Werkstatt-Unterricht, Wochenplan-Unterricht, individuelle Arbeit, «Freiwahlarbeit», freie Arbeit.</p>
<p>Verschiedene Sozialformen (Klassenunterricht, Einzelarbeit, Partnerarbeit, Gruppenarbeit).</p>	<p>«Hochform» der Gruppenarbeit.</p>	<p>Verschiedene Sozialformen (nach Wahl des einzelnen).</p>
<p>Pädagogisches Prinzip: ● als Lehrender führen und als Lernender geführt werden; ● sich anpassen und sich einfügen; ● aktive Lehrverantwortung und passive Lernverantwortung; ● Hierarchie; ● das Prinzip des «Älteren und Erfahreneren».</p>	<p>Pädagogisches Prinzip: ● teilnehmen und teilgeben; ● das Eigene in den Dienst der Gemeinschaft stellen; ● Gemeinschaftsverantwortung; ● Solidarität; ● das Prinzip «demokratische Gemeinschaft».</p>	<p>Pädagogisches Prinzip: ● sich selber sein und werden; ● Interdependenz mit andern Individuen und mit der Gemeinschaft; ● bewusste und aktive Lern- und Eigenverantwortung; ● Autonomie; ● das Prinzip «Individuum».</p>

Tab. 2: Mögliche Aufteilung nach Konzepten.

Dieses Modell erlaubt es auch, das was ich als Lehrer/Leiter für alle und als «Pflichtstoff» erarbeiten will, im «LU» durchzuführen. So ist eine klare Trennung möglich zwischen dem von mir bestimmten und geleiteten Unterricht und dem differenzierenden oder eben «indi-

vidualisierten» Unterricht, bei dem wirklich die Lernenden die Verantwortung für ihr Lernen zu übernehmen haben. Der entscheidendste und wichtigste Unterschied ist – das sei nochmals betont – nicht die andere Form, sondern die andere Absicht, die andere Ausrichtung. Im Zentrum der «Säule rechts» stehen Selbständigkeit und Eigenverantwortung des Individuums, steht der persönliche Lernwille. In dieser(!) «Säule», resp. in diesem Teil des Unterrichts gilt: «Ob und was und wie du lernst, liegt in deiner Verantwortung und ist deine Sache! Ich begleite dich dabei und berate dich auf deinen Wunsch hin, aber ich bestimme jetzt dein Lernen nicht!» ■

Jürg Schüpbach ist Dozent für Allgemeine Didaktik am Sekundarlehreramt der Universität Bern sowie Präsident der Technischen Kommission und Vorstandsmitglied des IVSCH (Interverband für Schwimmen).

Spende Blut.



Rette Leben.