

Dietmar Lüchtenberg

Schnorcheln und Tauchen

mit Kindern und Jugendlichen

Meyer & Meyer Verlag

Inhalt

| | | |
|----------|--|-----------|
| 1 | Einleitung - Motivation zum Tauchen von Kindern und Jugendlichen | 7 |
| 2 | Erlebnispädagogische Grundlagen | 11 |
| 2.1 | Was ist ein Erlebnis? | 11 |
| 2.2 | Was ist Erlebnispädagogik? | 12 |
| 2.3 | Pädagogische Leistungen der Erlebnispädagogik | 13 |
| 2.4 | Erlebnispädagogische Grundlagen für die Sportart Tauchen | 15 |
| 3 | Physiologische Aspekte des Tauchens mit Kindern und Jugendlichen | 19 |
| 3.1 | HNO-Problematik | 19 |
| 3.2 | Kälteproblematik | 23 |
| 3.3 | Kardiopulmonale Problematiken | 25 |
| 3.4 | Orthopädische Problematiken | 28 |
| 4 | Psychologische Dimensionen des Tauchens mit Kindern und Jugendlichen | 33 |
| 4.1 | Entwicklungspsychologische Aspekte | 33 |
| 4.2 | Angst und Stress | 38 |
| 4.3 | Anpassungsreaktionen auf tauchspezifische Handlungen | 43 |
| 5 | Grundsätzliche personelle, materiale und organisatorische Anforderungen | 47 |
| 5.1 | Anforderungen an den Ausbilder | 47 |
| 5.2 | Anforderungen an die Tauchschüler | 51 |
| 5.3 | Anforderungen an das Ausbildungsgewässer | 54 |
| 5.3.1 | Kindgerechte Schwimmbadbedingungen | 55 |
| 5.3.2 | Kindgerechte Freigewässerbedingungen | 57 |
| 5.4 | Anforderungen an die kindgerechte Ausrüstung | 62 |
| 5.4.1 | Maske | 62 |
| 5.4.2 | Schnorchel | 65 |
| 5.4.3 | Flossen | 67 |
| 5.4.4 | Kälteschutz | 70 |
| 5.4.5 | Drucklufttauchgerät | 73 |
| 5.4.5.1 | Atemgasflaschen | 73 |
| 5.4.5.2 | Atemregler | 74 |
| 5.4.5.3 | Jacket | 75 |
| 5.5 | Organisatorische Anforderungen | 78 |
| 5.5.1 | Sicherheit - zwischen Risiko und Gefahr | 78 |
| 5.5.2 | Jederzeit kontrollierter Organisationsrahmen | 80 |
| 5.5.3 | Ausbilder-Schüler-Verhältnis | 82 |
| 6 | Methodik | 87 |
| 6.1 | ABG-Tauchen im Schwimmbad | 91 |

Schnorcheln und Tauchen mit Kindern und Jugendlichen

| | | |
|-----------|---|------------|
| 6.1.1 | Fertigkeit: Flossenschwimmen und Schnorcheln..... | 92 |
| 6.1.2 | Fertigkeit: Maske ausblasen..... | 95 |
| 6.1.3 | Fertigkeit: Schnorchel ausblasen..... | 97 |
| 6.1.4 | Fertigkeit: Atmen ohne Maske..... | 99 |
| 6.1.5 | Fertigkeit: Wechselatmung..... | 101 |
| 6.1.6 | Fertigkeit: Druckausgleich Abtauchen - Auftauchen..... | 103 |
| 6.1.7 | Fertigkeit: UW-Zeichen erlernen..... | 105 |
| 6.2 | Drucklufttauchen im Schwimmbad..... | 107 |
| 6.2.1 | Fertigkeit: Vorbereitung und Handling der DTG-Ausrüstung..... | 107 |
| 6.2.2 | Fertigkeit: Ausatmen beim Aufstieg..... | 108 |
| 6.2.3 | Fertigkeit: Atmen ohne Maske..... | 110 |
| 6.2.4 | Fertigkeit: Wechselatmung mit/ohne Maske..... | 111 |
| 6.2.5 | Fertigkeit: Tarierung (Auf- und Abtrieb erfahren)..... | 113 |
| 6.2.6 | Fertigkeit: Antauchen eines Partners/Geräts..... | 115 |
| 6.3 | ABG-Tauchen im Freigewässer..... | 117 |
| 6.3.1 | Fertigkeit: ABC-Tauchen mit Kälteschutz (ohne Gewichte!)..... | 117 |
| 6.3.2 | Fertigkeit: Schnorcheln und Abtauchen bei variierenden Sichtverhältnissen..... | 119 |
| 6.3.3 | Fertigkeit: ABG-Tauchen in bewegtem Wasser (Wellengang, Brandung)_____ | 121 |
| 6.4 | Drucklufttauchen im Freigewässer..... | 123 |
| 6.4.1 | Fertigkeit Handling der Ausrüstung mit komplettem Kälteschutz..... | 123 |
| 6.4.2 | Fertigkeit: Tarieren in geringen Tiefen..... | 125 |
| 6.4.3 | Fertigkeit: DTG-Tauchen bei variierenden Sichtverhältnissen..... | 127 |
| 6.4.4 | Fertigkeit: DTG-Tauchen in bewegtem Wasser (Wellengang, Brandung)... | 128 |
| 7 | Darstellung von sieben Erlebnissituationen..... | 131 |
| 7.1 | Vorbemerkungen..... | 131 |
| 7.2 | Erlebnissituation: Tiere im Wasser..... | 133 |
| 7.3 | Erlebnissituation: Schatzsuche..... | 138 |
| 7.4 | Erlebnissituation: Bergen und Retten/Sicherheitsübungen..... | 141 |
| 7.5 | - Erlebnissituation: Höhlentauchen..... | 143 |
| 7.6 | Erlebnissituation: Wracktauchen..... | 149 |
| 7.7 | Erlebnissituation: Nachttauchen..... | 151 |
| 7.8 | Erlebnissituation: Eistauchen..... | 155 |
| 8 | Notwendige Inhalte der theoretischen Ausbildung/kognitive Lernziele..... | 161 |
| 8.1 | Essenzielle Kenntnisse des richtigen Verhaltens..... | 162 |
| 8.2 | Wünschenswerte Kenntnisse..... | 162 |
| 8.3 | Randthemen (vernachlässigbar)..... | 163 |
| 9 | Literatur..... | 167 |
| 10 | Bildnachweis..... | 171 |