



# DOWNLOAD

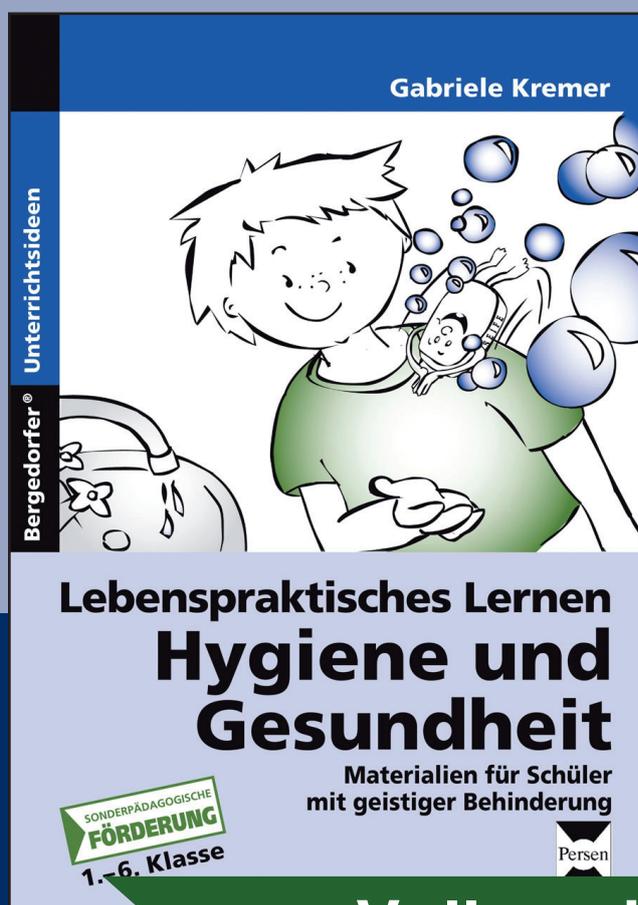
Gabriele Kremer

# Hygiene und Gesundheit: Beim Schwimmen

Materialien für Schüler mit geistiger  
Behinderung

VORSCHAU

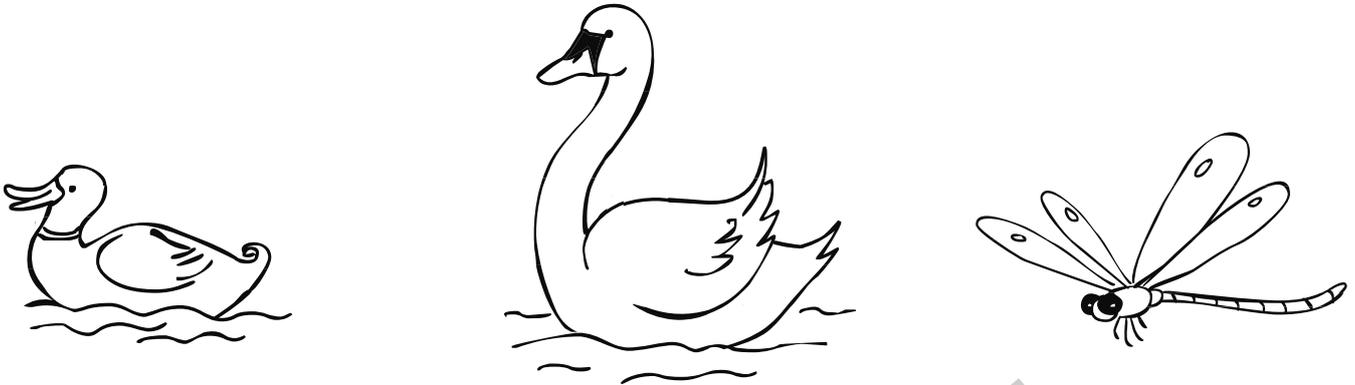
Downloadauszug  
aus dem Originaltitel:



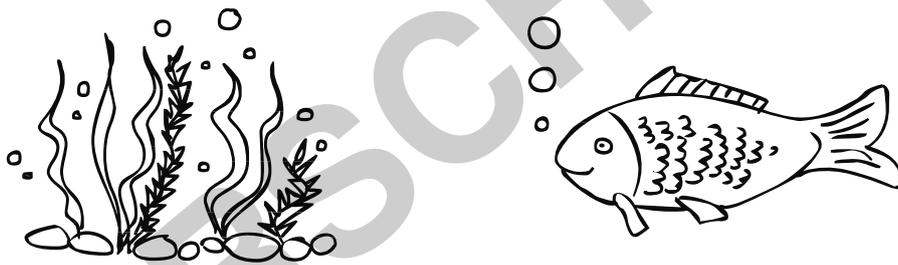
# Schwimmen gehen



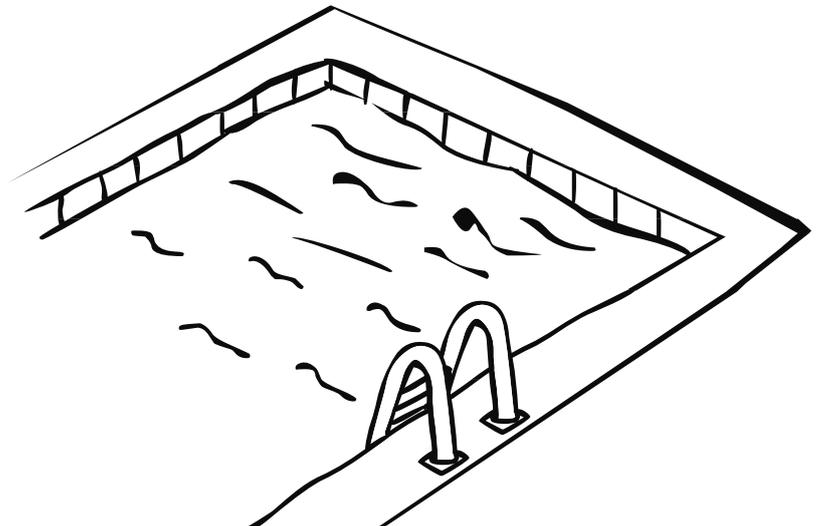
Viele Menschen gehen gern im See schwimmen. Da trifft man oft nicht nur andere Badegäste, sondern sieht auch Boote und Tiere. Oft wohnen Enten und Schwäne am See und Libellen schwirren über das Wasser.



Manchmal ist am Strand des Sees Sand aufgeschüttet. Oft sind dort aber auch nur Steine. Diese sind dann meistens sehr glitschig, wenn man ins Wasser hineingeht. Beim Schwimmen im Wasser spürt man manchmal Wasserpflanzen und es kann auch vorkommen, dass einen ein Fisch streift.



Im Schwimmbad gibt es alles das nicht. Das Wasser ist klar, sodass man bis auf den Grund sehen kann. Wasserpflanzen und Fische gibt es auch nicht. Ins Schwimmbecken führen gekachelte Stufen oder eine Leiter.

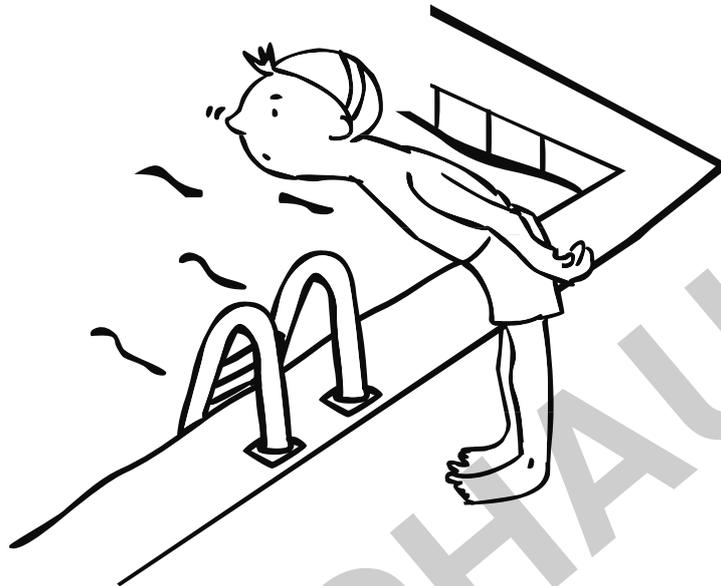


Woher kommt dieser Unterschied?

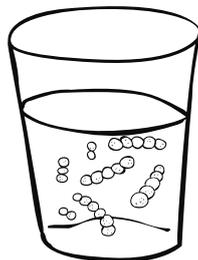
## Es riecht nach Schwimmbad



Vielleicht hast du schon einmal gedacht: „Hier riecht es nach Schwimmbad.“ Tatsächlich kann man in Frei- und Hallenbädern oftmals einen bestimmten Geruch wahrnehmen. Dieser Geruch kommt von den Stoffen, die ins Wasser geschüttet werden, allen voran vom Chlor. Unter bestimmten Bedingungen riecht Chlor „nach Schwimmbad“.



Warum gibt man Chlor ins Wasser? Die Menschen, die das Schwimmbad besuchen, haben auf der Haut viele Keime und Bakterien. Gehen die Menschen ins Wasser, gelangen auch die Keime und Bakterien dorthin. Leicht können sie sich dann an einen anderen Menschen anhaften und auch ihn krank machen. Diese Gefahr ist im Schwimmbad viel größer als am See. Auch weil im See viel mehr Wasser ist als im Schwimmbad, sodass sich alles viel besser verteilt.



Chlor ist ein Stoff, der dem Wasser beigesetzt wird, damit er Bakterien und Keime im Wasser abtötet. Er verhindert auch, dass Pflanzen und Tiere im Wasser überleben können. Wenn das Chlor wirkt, setzt es den typischen Schwimmbadgeruch frei.



Natürlich ist es am besten, wenn Keime und Bakterien gar nicht erst ins Wasser gelangen. Deshalb ist es wichtig, vor dem Schwimmen gründlich zu duschen.

Aber auch nach dem Schwimmen ist Duschen wichtig. Ich will dir erklären, warum: Zu viel Chlor ist für den Menschen ungesund. Das merkst du leicht, wenn du zum Beispiel zu lange in Chlorwasser gebadet hast. Dann werden die Augen rot, die Haut wird trocken und sie fängt an zu jucken.



Deshalb ist es gut, sich das Chlorwasser nach dem Schwimmen unter der Dusche abzuwaschen.



## Was man sonst noch tun kann



Es ist für alle gut, wenn möglichst wenige Bakterien in das Wasser gelangen. Deshalb gilt:

Wenn man mal auf die Toilette muss, schnell raus aus dem Wasser!



Wenn man eine blutende Verletzung hat, sollte man nicht im Schwimmbad baden.



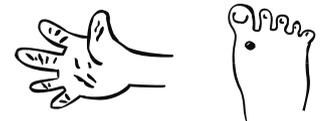
Auch Essen hat im Wasser nichts zu suchen.



Natürlich sollte man auch nicht schwimmen gehen, wenn man krank ist. Dann wird man selbst noch kränker und andere stecken sich vielleicht an.



Nach dem Schwimmen ist die Haut oft schrumpelig und aufgeweicht. Da haben es Bakterien und Keime leicht hineinzukommen.

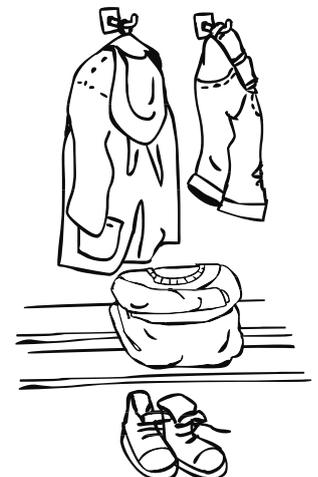


Wenn man mit seinen aufgeweichten Füßen barfuß herumläuft, können Keime durch die Haut in den Körper gelangen. Dann kann man Warzen bekommen oder Fußpilz, eine Erkrankung, bei der die Haut am Fuß sehr juckt.

Deshalb ist es schlau, Badelatschen zu tragen.



Ganz wichtig ist es auch, Handtücher, Bade- und Anziehsachen nicht einfach auf den Boden zu werfen, sondern sie aufzuhängen. Dann können die Keime nicht so leicht von Mensch zu Mensch wandern.



## Ideen zur Ergänzung des Eigenlesebuchs



### **Titelblatt gestalten**

Ein Titelblatt macht eine Textsammlung erst zum Buch. Hier sind Ihrer und der Fantasie der Schüler keine Grenzen gesetzt.

### **Im Schwimmbad**

Die Kinder gestalten eine Seite mit Fotoerinnerungen.

### **Meine Lieblingsprodukte zum Duschen**

Die Kinder sammeln Abbildungen von Pflegeprodukten und kleben sie auf.

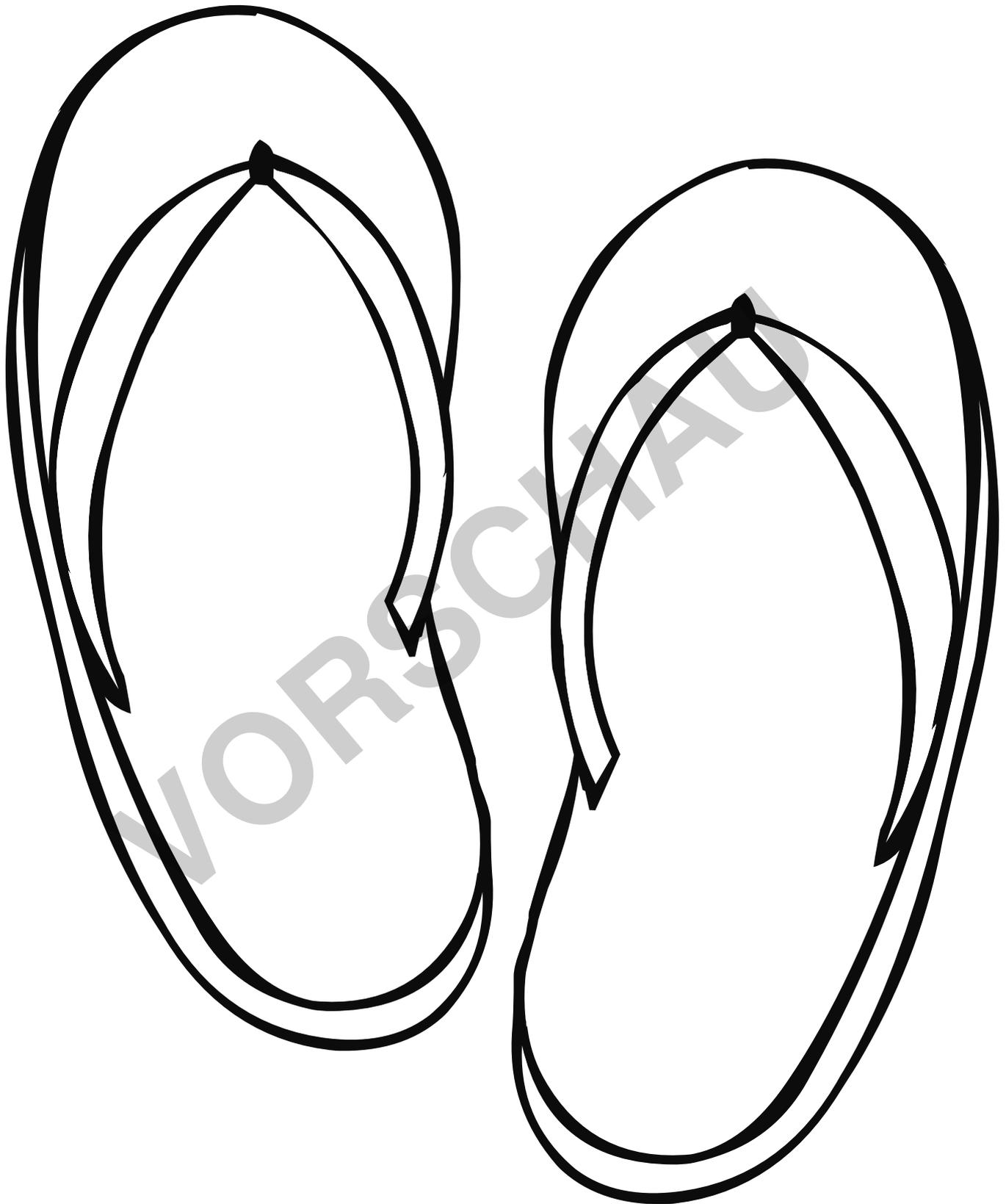
### **Lieblingsschuhe**

Die Badelatschen-Vorlage (S. 6) kann nach individuellem Geschmack gestaltet werden.

### **Lieblingshandtuch**

Die Handtuch-Vorlage (S. 7) kann nach individuellem Geschmack gestaltet werden.

VORSCHAU





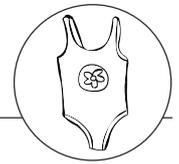
VORSCHAU



netzwerk  
lernen

Gabriele Kremer: Hygiene und Gesundheit: Beim Schwimmen  
© Persen Verlag, Buxtehude

zur Vollversion



## **Bakterien verbreiten sich im Wasser**

Wie sich Krankheitserreger oder auch Urin im Wasser verteilen, lässt sich durch mit Lebensmittelfarbe gefärbtem Wasser gut demonstrieren: einfach mithilfe einer Pipette oder einer Puppe, die diese Funktion hat, gefärbtes Wasser in eine Schüssel einbringen.

## **Gammelware**

Wie wichtig es ist, die Badeklamotten und Handtücher gut aufzuhängen, lässt sich gut demonstrieren, wenn man alte Sachen feucht in eine Plastiktüte steckt und bei Zimmertemperatur stehen lässt. Schon nach wenigen Tagen lässt sich an Geruch und Stockflecken die Keimbelastung studieren.

## **Pflegeprodukte selbst herstellen**

Im Buch von Susanne Dank<sup>1</sup> gibt es eine Vielzahl von Anregungen, wie sich Pflegeprodukte selbst herstellen lassen.

## **Besuch hinter den Kulissen des Schwimmbads**

Ein Besuch hinter den Kulissen des Schwimmbads ist für Kinder sehr eindrucksvoll. Dies betrifft allein schon die Kanister mit Chemikalien, auf denen vielfache Gefahrenzeichen stehen und die eindrücklich demonstrieren, dass Chlor ein prekärer Stoff ist.

VORSCHAU