

Verschiedene Schwimmsportarten: 25 m Nacken-Stirngriff (Niveau B)

Die Schülerinnen und Schüler schwimm für diesen Test in Rückenlage und transportiert eine Partnerin/einen Partner über eine Distanz von 25 Metern unter Anwendung des Nacken-Stirngriffs.

Die Schülerinnen und Schüler transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine Distanz von 25 Metern unter Anwendung des Nacken-Stirngriffs.

Sie halten den Hinterkopf der Partnerin/des Partners so, dass der nacken zwischen dem Daumen undn Zeigefinger liegt. Die zweite Hand legen die Schülerinnen und Schüler auf die Stirn der Partnerin/des Partners und drücken mit ihr leicht nach unten.



Die Arme müssen beim Abschleppen möglichst gestreckt sein, das Gesicht der Partnerin/des Partners ist immer über der Wasseroberfläche.

[Verschiedene Schwimmsportarten: 25 m Nacken-Stirngriff \(Niveau B\)](#) (pdf)

[Verschiedene Schwimmsportarten: 25 m Nacken-Stirngriff \(Niveau B\): Beurteilungsbogen](#) (xls)

Allgemeine Hinweise

Kompetenzen werden durch die Angabe von drei Niveaus gemessen. Dabei kann Niveau A von fast allen, Niveau B vom Durchschnitt und Niveau C von den besten Schülerinnen und Schülern erreicht werden.

Die Testübungen können auch als Standortbestimmung zu Beginn des Lernprozesses eingesetzt werden. Darauf aufbauend wird mit den Schülerinnen und Schülern eine gemeinsame Zielvereinbarung erarbeitet: Was wird wann und wie bearbeitet und angestrebt?

Die Fremdbeurteilung einer Kompetenz durch die Lehrperson soll möglichst oft mit einer Selbstbeurteilung der Schülerinnen und Schüler ergänzt werden. Dadurch werden die Reflexionsfähigkeit und die Übernahme von Selbstverantwortung gefördert.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO