

Schwimmen: 100m Streckenschwimmen (Niveau A)

Die Schülerinnen und Schüler zeigen bei diesem Test der Lehrperson, ob sie über 100 Meter im Freistil schwimmen können.

Die Schülerin legt eine Distanz von 100m im Freistil zurück.

Beobachtungspunkte: 1. Wasserstart, 2. 100m werden schwimmend zurückgelegt, 3. Während des Schwimmens und bei den Wenden wird nicht angehalten.



[100m Streckenschwimmen \(Niveau A\)](#) (pdf)

[100m Streckenschwimmen \(Niveau A\): 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