

# Schwimmen: 300m Streckenschwimmen (Niveau A)

Dieser Test prüft die folgende Kompetenz: Schwimmtechniken über längere Distanzen anwenden, verschiedene Wendeformen vorzeigen und mittlere Distanzen unter Wasser schwimmen können.

Die Schülerin legt eine Distanz von 300m im Freistil zurück.

**Beobachtungspunkte:** Wasserstart, 300m werden schwimmend zurückgelegt und während des Schwimmens wird nicht angehalten.



[300m Streckenschwimmen \(Niveau A\) \(pdf\)](#)

[300m 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.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**