

Schwimmen: 50m Kraul, Rückenraul und Brustgleichschlag (Niveau A)

Bei diesem Test wenden die Schülerinnen mehrere Schwimmtechniken über längere Distanzen an und zeigen verschiedene Wendeformen vor.

Die Schülerin schwimmt 50m Brustgleichschlag, Kraul und Rückenraul und führt jeweils eine einfache Wende aus.

Nach jedem Schwimmstil erfolgt eine Pause von zwei Minuten. Der Start erfolgt im Wasser.



[50m Kraul, Rückenraul und Brustgleichschlag \(Niveau A\)](#) (pdf)

[50m Kraul, Rückenraul und Brustgleichschlag \(Niveau A\): 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