

Schwimmen: 25m Kraul, Rückenraul und Brustgleichschlag (Niveau A)

Die Lehrperson prüft mit diesem Test, ob die Schülerinnen und Schüler Schwimmtechniken über kurze Distanzen anwenden und unter Wasser schwimmen können.

Die Schülerinnen und Schüler schwimmen je 50m Brustgleichschlag, Kraul und Rückenraul und führen jeweils eine einfache Wende aus.



Nach jedem Schwimmstil erfolgt eine Pause von einer Minute. Der Start erfolgt im Wasser.

[25m Kraul, Rückenraul und Brustgleichschlag \(Niveau A\)\(pdf\)](#)

[25m 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.

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