Schwimmen: Kraul, Rückenkraul & Brustgleichschlag (Niveau B)

Die Schülerinnen und Schüler müssen für diesen Test eine kurze Distanzen in drei verschiedenen Techniken zurücklegen und unter Wasser schwimmen können.

Die Schülerinnen und Schüler haben die Schwimmtechniken Brustgleichschlag, Kraul und Rückenkraul gelernt. Nun wenden sie diese korrekt über eine Distanz von je 25 Metern an. Nach jedem Schwimmstil steht ihnen eine Pause von einer Minute zur Verfügung.

Bevor die Schülerinnen und Schüler den jeweiligen Schwimmstil vorführen erklärt ihnen die Lehrperson, auf welche Punkte sie bei der Beurteilung achtet.

Schwimmen: Kraul, Rückenkraul & Brustgleichschlag (Niveau B) (pdf)

Schwimmen: Kraul, Rückenkraul & Brustgleichschlag (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