

Schwimmen: 100 m Streckenschwimmen (Niveau B)

Die Schülerinnen und Schüler müssen für das Bestehen dieses Tests 100 Meter im Freistil ohne Pause schwimmen können.

Die Schülerinnen und Schüler schwimmen mit Wasserstart im freien Schwimmstil eine Distanz von 100 Metern ohne Zeitlimit. Die Distanz legen sie ohne Unterbrechung zurück.



[Schwimmen: 100 m Streckenschwimmen \(Niveau B\)](#) (pdf)

[Schwimmen: 100 m Streckenschwimmen \(Niveau B\): 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