

Verschiedene Schwimmsportarten: Eintauchen aus der Neigehaltung (Niveau A)

Die Schülerinnen und Schüler zeigen bei diesem Test einige grundlegende Übungen aus drei der vier Schwimmsportarten vor.

Die Schülerin taucht kopfwärts vorwärts aus der Neigehaltung vom Beckenrand ein und bleibt vollständig gestreckt bis der ganze Körper klar untergetaucht ist.



[Eintauchen aus der Neigehaltung \(Niveau A\)](#) (pdf)

[Eintauchen aus der Neigehaltung \(Niveau A\): 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