

Schwimmen: 12m Streckentauchen mit Startsprung (Niveau A)

Bei diesem Test prüft die Lehrperson, ob die Schülerinnen und Schüler mittlere Distanzen unter Wasser schwimmen können.

Der Schüler taucht nach einem Startsprung bis zur zwölf-Meter-Markierung.

Anweisung für die Schüler: «Atmet tief ein, macht einen Startsprung und taucht anschliessend bis zur zwölf-Meter-Markierung. Beim Tauchen muss euer ganzer Körper unter Wasser sein. Ihr habt drei Versuche.»



[12m Streckentauchen mit Startsprung \(Niveau A\)](#) (pdf)

[12m Streckentauchen mit Startsprung \(Niveau A\): 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