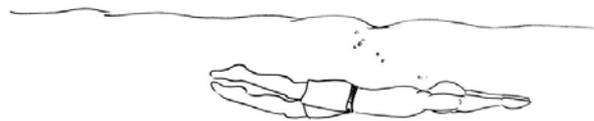




Stufe	10. - 12. Schuljahr Gymnasium
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Schwimmen
Kompetenz	Sicher schwimmen und verschiedene Techniken anwenden
Niveau B	Ich kann die 4 Schwimmtechniken im 4 Lagenschwimmen kombinieren und eine längere Distanz unter Wasser schwimmen.



25m Streckentauchen

Aufgabe und Durchführung	Die/der Lernende taucht nach einem Startsprung mind. 25m (in der Regel eine Beckenlänge).								
Bewertung/ Anforderung	Die folgenden Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist. Die/der Lernende hat 3 Versuche.								
Beobachtungspunkte	<ul style="list-style-type: none">• Startsprung• Mind. die 25m- Markierung wird tauchend erreicht. Messpunkt ist der Kopf der Testperson• Beim Tauchen ist der gesamte Körper unter Wasser								
Anweisung für die Lernenden	«Atmet tief ein, macht einen Startsprung und taucht anschliessend mind. bis zur 25m-Markierung. Beim Tauchen muss euer ganzer Körper unter Wasser sein. Ihr habt 3 Versuche.»								
Aufbau	Markierung der 25m- Marke, der Bereich sollte für andere Schwimmer gesperrt sein.								
Material	Markierungsmaterial								
Quelle	-								
Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte	<table><tr><td>Zeit</td><td>ca. 5 Min. pro Testperson</td></tr><tr><td>Organisation</td><td>Die Lernenden tauchen nacheinander, wobei immer 2 abwechselnd ihre 3 Versuche absolvieren.</td></tr><tr><td>Testpersonen</td><td>2 Lernende</td></tr><tr><td>Probleme</td><td>-</td></tr></table>	Zeit	ca. 5 Min. pro Testperson	Organisation	Die Lernenden tauchen nacheinander, wobei immer 2 abwechselnd ihre 3 Versuche absolvieren.	Testpersonen	2 Lernende	Probleme	-
Zeit	ca. 5 Min. pro Testperson								
Organisation	Die Lernenden tauchen nacheinander, wobei immer 2 abwechselnd ihre 3 Versuche absolvieren.								
Testpersonen	2 Lernende								
Probleme	-								