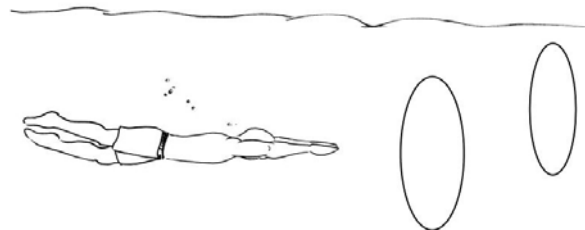




Stufe	1. - 2. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Schwimmen
Kompetenz	Über Grundlagen für das Schwimmen verfügen
Niveau B	Ich kann Kernbewegungen des Schwimmens kombinieren.



Slalom mit Brustarmzug

Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler stösst unter Wasser von der Wand ab und taucht 5 Meter mit Wechselbeinschlag und Brustarmzug durch zwei seitlich versetzt stehende Reifen. Wassertiefe brusttief.

Bewertung/ Anforderung

Die folgenden Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist.

Beobachtungspunkte

- Die Schülerin/der Schüler taucht 5m
- Wechselbeinschlag
- Kernbewegung Arme: Brustgleichschlag
- Taucht durch zwei seitlich versetzt stehende Reifen

Anweisung für die Kinder

«Stosse von der Wand unter Wasser ab und tauche mit Wechselschlag und Brustarmzug durch die zwei seitlich versetzt stehenden Reifen.»

Aufbau

-

Material

2 Reifen

Quelle

swimsports.ch (Hrsg.). *Grundlagentests Schwimmen*. Grundlagen 5 - Tintenfisch.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 1 Min. pro Testperson
Organisation	Es ist eine Organisationsform zu wählen, welche die Sicherheit aller Schülerinnen und Schüler im Schwimmunterricht garantiert. Es ist sinnvoll die Testform jeweils mit nur 1 Schülerin/Schüler durchzuführen und die Betreuung der anderen durch eine Zweitperson sicherzustellen. Die Lehrperson gibt ein akustisches Signal zum Wechsel von Bauch- in Rückenlage.
Testpersonen	1 Testperson
Probleme	-