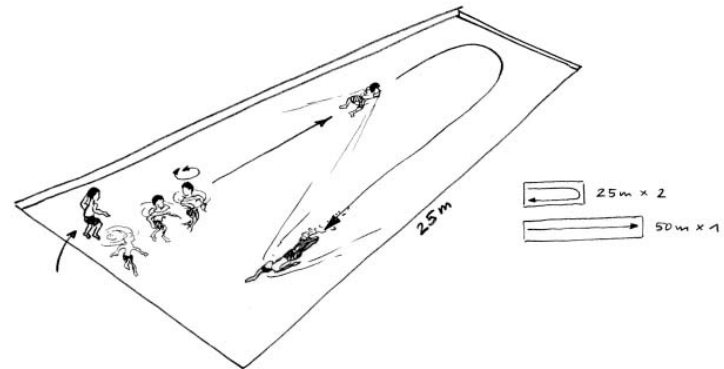




Stufe	1. - 2. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Schwimmen
Kompetenz	Über Grundlagen für das Schwimmen verfügen
Niveau C	Ich kann mich bei einem Sturz ins Wasser selbst an den Rand oder ans Ufer retten.



## Wasser-Sicherheits-Check

### Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler besteht den Wasser-Sicherheits-Check.

### Bewertung/ Anforderung

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

### Beobachtungspunkte

Die Schülerin/der Schüler...

- ... lässt sich über eine Rolle, einen Kopf- oder Fussprung ins Wasser fallen.
- ... taucht mit dem Kopf völlig ab.
- ... kann 1 Min. mit wenig Kraftaufwand an derselben Stelle im Wasser bleiben.
- ... dreht sich an der Stelle 1x um die eigene Achse.
- ... kann 50m schwimmend ohne Unterbruch zurücklegen (kein Zeitlimit, keine Technikvorgabe).

### Anweisung für die Kinder

«Lasse dich über eine Rolle, einen Kopf- oder Fussprung ins Wasser fallen und tauche dabei mit dem Kopf völlig ab. Tauche danach auf und versuche 1 Min. lang an derselben Stelle zu bleiben. Drehe dich dabei 1x um die eigene Achse. Nach 1 Min. gebe ich ein Signal, daraufhin schwimmst du 50m ohne Zeit- oder Technikvorgaben.»

### Aufbau

-

### Material

Pfeife, Stoppuhr

### Quelle

swimsports.ch (Hrsg.). *Wasser-Sicherheits-Check (WSC)*.

### Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit ca. 3 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.

Testpersonen 1 Testperson

Probleme -