



Stufe	10. - 12. Schuljahr Gymnasium
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Verschiedene Schwimmsportarten
Kompetenz	Elemente aus den Schwimmsportarten Wasserspringen, Wasserball, Synchronschwimmen und Rettungsschwimmen vorzeigen können
Niveau B	Ich kann weiterführende Übungen aus 3 der 4 Schwimmsportarten vorzeigen.



Passen und Zielwurf

Aufgabe und Durchführung

Zwei Lernende stehen sich in einer Entfernung von 4m im brusttiefen Wasser gegenüber und passen sich 10x einen Wasserball zu. Anschliessend erhält jede/jeder der beiden 3 Wasserbälle, die aus einer Entfernung von 4m auf ein Tor geworfen werden. Bei 3 Würfen muss mind. 2x das Tor getroffen werden.

Bewertung/ Anforderung

Damit der Test erfüllt ist, müssen die folgenden Beobachtungspunkte zutreffen.

Beobachtungspunkte

- 10 erfolgreiche Pässe (je 5) auf eine Entfernung von 4m
- Der Ball kann von der Partnerin/dem Partner gefangen werden
- 3 Torwürfe aus einer Entfernung von 4m
- Das Tor wird mind. 2x getroffen

Anweisung für die Lernenden

«Stelle dich mit deiner Partnerin/deinem Partner in einer Entfernung von 4m auf. Passt euch einen Wasserball 10x zu. Eure Partnerin/euer Partner muss den Ball fangen können. Anschliessend nehmt ihr 3 Bälle und werft diese aus einer Entfernung von 4m abwechselnd aufs Tor. Ihr müsst mind. 2x das Tor treffen.»

Aufbau

Markierung der Abwurflinie, Aufbau eines Wasserballtores

Material

Wassertiefe mind. 1.20m, Wasserballtor, Markierungsmaterial, Wasserbälle

Quelle

swimsports.ch (Hrsg.). *Schweizerischer Wasserballtest 1-4*. Aufbaureihe.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 3 Min. pro Testperson
Organisation	Die Lernenden absolvieren die Übung nacheinander, wobei die Paare abwechselnd ihre 3 Torwürfe absolvieren.
Testpersonen	2 Testpersonen
Probleme	-