



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.



2x 25m Kleider-/Transportschwimmen

Aufgabe und Durchführung

Die/der Lernende schwimmt 25m in leichter Kleidung und transportiert direkt im Anschluss daran eine Partnerin/einen Partner im Schulter-Stützgriff 25m weit.

Bewertung/ Anforderung

Damit der Test erfüllt ist, müssen 25m in leichter Kleidung zurückgelegt und eine Partnerin/ein Partner über 25m mit dem Schulter-Stützgriff transportiert werden.

Beobachtungspunkte

-

Anweisung für die Lernenden

«Ziehe dir die bereitgelegten Kleidungsstücke über und schwimme damit 25m. Ziehe dann die Kleidungsstücke dort aus und transportiere von dort deine Partnerin/deinen Partner im Schulter-Stützgriff weitere 25m weit.»

Aufbau

Für die Klasse sollten zwei Bahnen im Schwimmbad abgesperrt sein

Material

Hose und Hemd für Kleiderschwimmen

Quelle

swimsports.ch (Hrsg.). *Schweizerische Rettungsschwimmtests 1-4*. Aufbaureihe.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 5 Min. pro 2 Testpersonen
Organisation	Jeweils 2 Lernende beginnen gleichzeitig
Testpersonen	2 Lernende
Probleme	-