qims.ch
Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht

Stufe	5./ 6. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Verschiedene Schwimmsportarten
Kompetenz	Grundelemente aus den Schwimmsportarten Wasserspringen, Wasserball, Synchronschwimmen und Rettungsschwimmen können
Niveau A	Ich kann 3 von 4 grundlegenden Elementen aus verschiedenen Schwimmsportarten vorzeigen.

25 m Schulter-Stützgriff (A)

Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler schwimmt in Brustlage und stösst eine Partnerin/einen Partner, die/der sich in Rückenlage mit gestreckten Armen an ihren/an seinen Schultern abstützt, über eine Distanz von 25 m.

Bewertung/ Anforderung

Damit der Test erfüllt ist, muss die Partnerin/der Partner über 25 m mit dem Schulter-Stützgriff transportiert werden.

Beobachtungspunkte

- Die Arme der geschobenen Person sind gestreckt

Anweisung für die Schüler/-innen

«Transportiere deine Partnerin/deinen Partner über 25 m. Schwimme dazu Brust, deine Partnerin/dein Partner stützt sich mit gestreckten Armen an deinen Schultern ab und lässt sich von dir schieben.»

Aufbau

Für die Klasse sollten zwei Bahnen im Schwimmbad abgesperrt sein

Material

-

Quelle

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

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 2 Min. für 1 Schüler/-in
Organisation	Jeweils 2 Schülerpaare beginnen gleichzeitig
Testpersonen	2 Testpersonen
Probleme	-

© Schweizerische Eidgenossenschaft, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen