



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



## 25 m Nacken-Stirngriff (B)

### Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler schwimmt in Rückenlage und transportiert eine Partnerin/einen Partner über eine Distanz von 25 m unter Anwendung des Nacken-Stirngriffs.

### Bewertung/ Anforderung

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

### Beobachtungspunkte

- Das Gesicht der Partnerin/des Partners ist immer über Wasser
- Der Nacken der Partnerin/des Partners liegt zwischen Daumen und Zeigefinger
- Die 2. Hand liegt auf der Stirn der Partnerin/des Partners und drückt leicht nach unten
- Die Arme der Schülerin/des Schülers sind möglichst gestreckt
- Die Partnerin/der Partner wird 25m mit dem Nacken-Stirngriff transportiert

### Anweisung für die Schüler/-innen

«Transportiere deine Partnerin/deinen Partner über eine Distanz von 25 m unter Anwendung des Nacken-Stirngriffs. Halte den Hinterkopf deiner Partnerin/deines Partners so, dass ihr/sein Nacken zwischen deinem Daumen und Zeigefinger liegt. Deine 2. Hand legst du auf die Stirn deiner Partnerin/deines Partners und drückst mit ihr leicht nach unten. Deine Arme sind beim Abschleppen möglichst gestreckt. Das Gesicht der Partnerin/des Partners ist immer über der Wasseroberfläche.»

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