

Kursthema: Schwimmen	Kürzel: SW
Erfahrungs- und Lernfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen Lernfeldbereich: A	
Kernideen: <ul style="list-style-type: none"> • Im Mittelpunkt dieses Kurses steht das Sportschwimmen. Einerseits soll die richtige Technik erlernt, andererseits soll das schnelle Schwimmen trainiert werden. Bahnschwimmen lässt sich da nicht vermeiden, aber drumherum sollen auch Wasserspiele (Wasserball, Brennball), Wassergymnastik und Springen vom 1m- und 3m-Brett durchgeführt werden. Zudem soll am Ende des Kurses eine Kür im Synchronschwimmen vorgeführt werden. 	
Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"> • Zeitschwimmen in zwei verschiedenen Disziplinen des Sportschwimmens (100m oder 200m und 600m) • Erlernen bzw. Verbessern der Schwimmtechniken • Technikprüfung in einer Disziplin des Sportschwimmens mit Start und Wende. Eine Technikprüfung darf nicht in einer Disziplin erfolgen, die bereits Gegenstand einer Prüfung im Zeitschwimmen war. • Eine Kür im Synchronschwimmen • Tauchen 	
Leistungsbewertung: <ul style="list-style-type: none"> • Bewertungskriterien in der Sportpraxis sind in erster Linie die Schwimmzeiten (nach Wertungstabelle Schwimmen) sowie die Leistungen in der Technikprüfung (Arm-, Beinarbeit, Koordination und Atmung, Wasserlage und Dynamik und Flüssigkeit des Bewegungsablaufes). Die Sportpraxis geht mit 2/3 in die Sportnote ein. • Unter sonstige Leistungen fallen u.a. ein schriftlicher Test zur praxisbezogenen Theorie sowie die Mitarbeit im Unterricht (u.a. Leistungsbereitschaft, Hilfe beim Einziehen der Bahnen, pünktliche Bereitschaft zum Einschwimmen) und individuelle Leistungs- und Lernfortschritte. <p>Genauere Hinweise erfolgen zu Beginn des Kurses.</p>	
Unterrichtsmaterial: <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmkleidung, Schwimmbrille 	
Bemerkungen: <ul style="list-style-type: none"> • Unter 2:16,4 min bei Jungen und 2:29,3 min bei Mädchen auf 100m Brust entsprechen einer Leistung von 03 Punkten. 	