

## Prüfungsanforderungen „Schwimmen“

### Bewertungskriterien für die Praxisprüfung Schwimmen (Gym und Wipäd):

Die Prüfung für das Lehramt Gym und Wipäd besteht aus den Teilen Zeit- und Technischwimmen. Die beiden Prüfungsteile werden mit ein Drittel (Zeit) und zwei Drittel (Technik) gewichtet.

### Prüfungsteil Zeitschwimmen (1/3 der Praxisnote)

100 m Freistil	Zeiten für	Zeiten für
Note	Männer	Frauen
1,0 sehr gut	1:17,1 – 1:20	1:27,1 – 1:30
1,3	1:20,1 – 1:23	1:30,1 – 1:33
1,7	1:23,1 – 1:26	1:33,1 – 1:36
2,0 gut	1:26,1 – 1:29	1:36,1 – 1:39
2,3	1:29,1 – 1:32	1:39,1 – 1:42
2,7	1:32,1 – 1:35	1:42,1 – 1:45
3,0 befriedigend	1:35,1 – 1:38	1:45,1 – 1:48
3,3	1:38,1 – 1:41	1:48,1 – 1:51
3,7	1:41,1 – 1:44	1:51,1 – 1:54
4,0 ausreichend	1:44,1 – 1:47	1:54,1 – 1:57
5,0 mangelhaft	1:47,1 –	1:57,1 –

### Prüfungsteil Technischwimmen (2/3 der Praxisnote)

Techniken: jeweils 50m Delfin, Rücken, Brust (mit Tauchzug), Kraul. Alle Techniken können mit der Kippwende demonstriert werden, die Rollwenden bei Kraul und Rücken werden extra geprüft.

Für die Technikprüfung gelten folgende Beobachtungsschwerpunkte / Bewertungskriterien:

- Dynamik und Flüssigkeit (Rhythmus) und Geschwindigkeit der Bewegungsabläufe
- Armbewegung
- Beinbewegung
- Wasserlage (mit Kopfhaltung)
- Koordination (Zeitstruktur) und Atmung
- Start: Absprungbewegung und –geschwindigkeit, sowie Eintauchen in das Wasser
- Wende: Drehbewegung, Abstoßbewegung und –geschwindigkeit
- Start und Wende: Bewegungsgestaltung im Übergang zur jeweiligen Schwimmtechnik

## **Bewertungskriterien für die Praxisprüfung Schwimmen (GHR, außerschulischer BA)**

Die Prüfung besteht aus dem Teil Technik.

### **Prüfungsteil Technikschwimmen**

Techniken: jeweils 50m Delfin, Rücken, Brust (mit Tauchzug), Kraul. Alle Techniken müssen mit der Kippwende demonstriert werden.

Für die Technikprüfung gelten folgende Beobachtungsschwerpunkte /

Bewertungskriterien:

- Dynamik und Flüssigkeit (Rhythmus) und Geschwindigkeit der Bewegungsabläufe
- Armbewegung
- Beinbewegung
- Wasserlage (mit Kopfhaltung)
- Koordination (Zeitstruktur) und Atmung
- Start: Absprungbewegung und –geschwindigkeit, sowie Eintauchen in das Wasser
- Wende: Drehbewegung, Abstoßbewegung und –geschwindigkeit
- Start und Wende: Bewegungsgestaltung im Übergang zur jeweiligen Schwimmtechnik

### **Verfahren bei der Benotung:**

Die Note 4,0 = ausreichend (5 Notenpunkte) ist erreicht, wenn die folgenden Bewegungsmerkmale gezeigt werden:

#### **Schwimmtechniken**

- erkennbare Zug- und Druckphase (Beugung im Ellenbogengelenk)
- deutlich sichtbarer Vortrieb
- Stabilisierung der Körperlage durch die Beinbewegung in Koordination zur Armbewegung
- gleichmäßiger Atemrhythmus
- der Zieltechnik adäquat angepasste Kopfhaltung (Kopfsteuerung)

#### **Start und Wende**

- regelgerechte Ausführung
- flüssiger Übergang zur Schwimmelage

Die Note 2,0 = gut (11 Notenpunkte) ist erreicht, wenn darüber hinaus die Ausführung der geforderten Technikmerkmale durch eine hohe Dynamik, Flüssigkeit und Bewegungsgeschwindigkeit in der Feinform ausgeprägt ist.

## **Prüfungsregelung GHR, Gym, Wipäd, außerschulischer BA**

Wird ein Technikteil (GHR, außerschulisch) oder ein Technikteil bzw. das Zeitschwimmen (Gym, Wipäd) nicht bestanden, gilt die Prüfung insgesamt als nicht bestanden und muss beim nächsten Prüfungsdurchgang wiederholt werden. Es wird keine Wiederholungsprüfung angeboten. Die mündliche Prüfung findet in der Regel nach der bestandenen Praxisprüfung statt.

## **Bewertungskriterien für die Praxisprüfung Schwimmen unterrichten (Sonderpädagogik)**

benotet: Lehrprobe (30-45 Minuten) mit Ausarbeitung (5 bis 10 Seiten Text)  
Grundlage für die Lehrprobe bilden die curricularen Vorgaben in Niedersachsen. Der Schwerpunkt der Benotung liegt auf dem Kurzentwurf und der Reflexion.

unbenotet: Demonstration der Techniken  
(Techniken: jeweils 50m Delfin, Rücken, Brust (mit Tauchzug), Kraul. Alle Techniken müssen mit der Kippwende demonstriert werden).