



## Prüfungsbestimmungen Schwimmleiter B

### 1 Allgemeines

Die Schwimmleiter B Prüfung umfasst folgende Teile:

- Fachkompetenz Theorie
- Fachkompetenz Praxis
- Methodenkompetenz

Die Notenskala geht von 1 bis 4, wobei 4 die beste Note ist, 1.99 und weniger sind ungenügend. Jedes Prüfungsfach muss für sich mindestens genügend (2.0) sein.

### 2 Fachkompetenz Theorie (schriftlich und mündlich)

Die schriftliche Fachkompetenzprüfung umfasst den Inhalt des Kernlehrmittels sowie des Grundlagenlehrmittels Schwimmsport.

Die mündliche Fachkompetenzprüfung umfasst das gesamte Theoriewissen aus den Inhalten der Module Schwimmsport verstehen und vertiefen 1 und Schwimmsport unterrichten.

### 3 Fachkompetenz Praxis (Technik)

(siehe Seite 2)

Die Technikprüfung umfasst folgende Schwimmsportbereiche

- Schwimmen
- Wasserspringen
- Artistic Swimming
- Wasserball
- Rettungsfreitauchen

Der Schwimmsportbereich kann aus mehreren Teilen bestehen. Die Notengebung ist bei den einzelnen Schwimmsportbereichen ersichtlich. Der Bereich Schwimmen muss genügend sein (Fallnote), sonst ist die Fachkompetenz Praxis nicht bestanden.

Während der Prüfung werden keine Rückmeldungen gemacht und keine Noten bekannt gegeben.

### 4 Methodenkompetenz

Die Note Methodenkompetenz besteht aus der schriftlichen Vorbereitung/Planung einer Lektion welche anhand folgender Kriterien bewertet wird:

Zielsetzung:	Konkret, realistisch, überprüfbar (SMART)
Aufbau:	Aufwärmen/Einstieg, Hauptteil, Abschluss
Inhalt:	Übungsauswahl sinnvoll und auf Ziel abgestimmt
Zeit:	Korrekte und realistische Zeitplanung
Übersicht:	Übersichtliche Planung, leserliche Schrift
Organisation:	Sinnvolle Organisationsformen verständlich dargestellt
Lernzielkontrolle:	Das Ziel wird am Schluss der Lektion kontrolliert

Die Themen werden an der Prüfung bekanntgegeben.

### 5 Schlussbestimmungen

In sämtlichen in den Bestimmungen nicht aufgeführten Fällen entscheidet das Prüfungskader. Bei ungenügenden Teilbereichen können diese zu den ordentlichen Prüfungsterminen im Sinne einer Nachprüfung wiederholt werden.

## Fachkompetenz Praxis (Technik)

### 1 Schwimmen

Die zwei Schwimmarten sowie die Kombinationsform Delfin werden einzeln bewertet, die Noten addiert und anschliessend durch drei dividiert, was eine Techniknote ergibt.

#### 1.1 Schwimmtechnik (Bewertung mit Wenden)

25 m Delfin einarmig (2x links, 2x rechts) inklusive Wende und Unterwasserphase  
2 Schwimmarten aus 3 inklusive Wende und Unterwasserphase (wird ausgelost) mit Wasserstart

- 25 m Kraul + Wende
- 25 m Brust + Wende
- 25 m Rücken + Wende

*Kriterien:* Schwimmen: Gemäss FINA Regeln. Korrekte Basis- und Antriebsaktionen, gute Koordination; Effizienz  
Wende: Gemäss FINA Regeln. Korrekte Ausführung/Anschlagen inklusive Unterwasserphase; Dynamik

### 2 Wasserspringen

Es müssen 2 Sprünge absolviert werden. Jeder Sprung wird einzeln bewertet, die zwei Noten addiert und durch 2 dividiert, was eine Schlussnote Wasserspringen ergibt. Der schlechtere Sprung darf einmal wiederholt werden.

- 200a Fussprung rückwärts gestreckt mit Ausholbewegung vom 1 m Brett
- 101b Eintauchen kopfwärts aus Neigehalte vom 1m Brett

*Kriterien:* 200a Korrekte Armbewegung; Körperspannung; Eintauchen  
101b Korrekte Hand- und Kopfhaltung; Körperspannung; kein Abspringen: Eintauchen

### 3 Artistic Swimming

Diese Übung ergibt die Schlussnote Artistic Swimming:  
12.5 m kopfwärts paddeln (Hände bei den Hüften); Pflichtfigur: Zuber 360° drehen; 12.5 m fusswärts paddeln (Hände bei den Hüften)

*Kriterien:* Paddeln Körperspannung und Handstellung; Zuber an Ort, zwischen Unter- und Oberschenkel 90°, Schienbeine an der Wasseroberfläche

## 4 Wasserball

Der Durchschnitt dieser beiden Übungen ergibt die Schlussnote Wasserball:

- Wassertreten mit Ball, mind. 10 Sek., dann Ball aufs Wasser legen, Ballaufnahme mit Schöpfgreif, dann Schlagwurf (kein Ziel)
- Wasserstart/Dribbeln/Freiwasserwende (mit Ball):
  - Wasserstart mit dem Ball 2m vom Beckenrand entfernt (schnelles Starten, Ballkontrolle), 8m druppeln, Freiwasserwende mit Ball, 10m an Beckenrand zurückdribbeln.

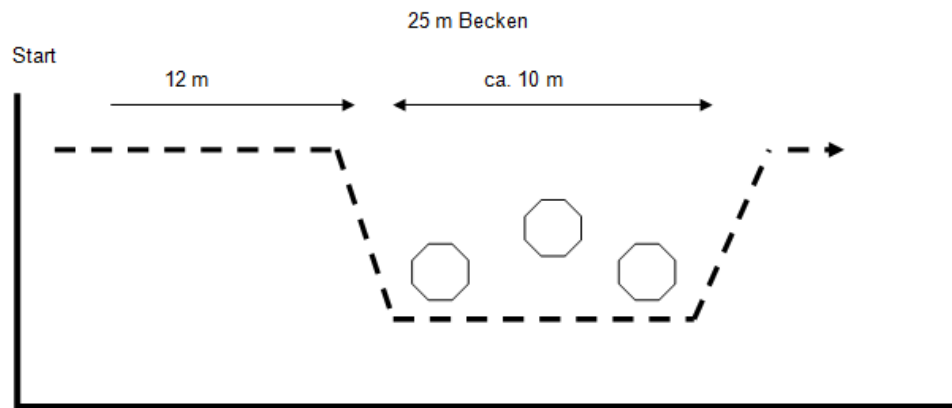
*Kriterien: Korrektes Wassertreten, Ballaufnahme und Wurf, Korrekter Wasserballstart mit Ball, Technik Wasserballkraul mit Ball, die Wende muss in der richtigen Reihenfolge gezeigt werden (stoppen, drehen, starten).*

## 5 Rettungsfreitauchen (RFT)

Diese Übung ergibt die Schlussnote Rettungsfreitauchen:

12 m Schwimmen in Bauchlage mit RFT Ausrüstung; Abtauchen; durch drei Reifen Tauchen (Wassertiefe 3-4 m); Auftauchen

*Kriterien: Korrektes Schwimmen in Bauchlage (Armhaltung frei), Abtauchen (Druckausgleich); Orientierung unter Wasser; Korrektes Auftauchen mit Ausblasen des Schnorchels unter Wasser und Drehung um Körperlängsachse*



## 6 Rettungsschwimmen

Gültiges SLRG-Brevet Plus Pool