



Prüfungsbestimmungen Prüfung Schwimmleiter/-in B

1 Allgemeines

Die Schwimmleiter/-in B Prüfung umfasst folgende Prüfungsteile:

- Schwimmsport verstehen - Theorie
- Schwimmsport verstehen – Technik & Good Practice
- Schwimmsport unterrichten

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 Schwimmsport verstehen - Theorie (schriftlich und mündlich)

- Die schriftliche Prüfung umfasst Inhalte aus dem J+S-Manual der Schwimmsportarten.
- Die mündliche Prüfung umfasst das gesamte Theoriewissen aus den Inhalten der Module Schwimmsport Schwimmleiter/-in B 1 + 2.

3 Schwimmsport verstehen – Praxis

Die Prüfung umfasst folgende Schwimmsportarten:

- Schwimmen
- Wasserspringen
- Artistic Swimming
- Wasserball
- Rettungsschwimmen

Die Überprüfung einer Schwimmsportart kann aus mehreren Teilen bestehen.

Die Notengebung ist bei den einzelnen Schwimmsportarten ersichtlich.

Damit die Praxis als bestanden gilt, muss der Gesamtbereich Schwimmen genügend sein.

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

4 Schwimmsport unterrichten

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

- | | |
|----------------------|---|
| ▪ Zielsetzung: | Konkret, realistisch, überprüfbar (SMART) |
| ▪ Aufbau: | Einleitung, Hauptteil, Ausklang |
| ▪ Inhalt: | Übungsauswahl ist attraktiv, sinnvoll und auf das Ziel abgestimmt. Eine hohe Lern- oder Bewegungszeit wird ermöglicht. |
| ▪ Zeit: | Korrekte und realistische Zeitplanung |
| ▪ Übersicht: | Übersichtliche Planung, leserliche Schrift |
| ▪ Organisation: | Sinnvolle Organisationsformen verständlich dargestellt, sinnvoller Einsatz von Material, die Sicherheit ist stets gewährleistet |
| ▪ Lernzielkontrolle: | Eine Lernzielkontrolle wird geplant |

Die Themen werden an der Prüfung bekanntgegeben.

5 Schlussbestimmungen

In sämtlichen in den Bestimmungen nicht aufgeführten Fällen entscheidet das Prüfungskader.

Prüfungen können an (Nach-)Prüfungsterminen wiederholt werden. Dabei sind die ungenügenden Teilbereiche als Gesamtes zu wiederholen. Ab einer Zweitwiederholung können gewisse Zusatzaufgaben gefordert werden, bevor einem Wiederantritt zur Prüfung zugestimmt wird.



Schwimmsport verstehen - Praxis

1 Schwimmen

1.1 Inhalt Schwimmen:

Der Bereich Schwimmen wird durch drei Techniknoten überprüft.

1.1.1 Schwimmtechnik

Die Schwimmtechnik wird wie folgt überprüft:

- 25 m Schmetterling (Delfin) ganze Lage oder Schmetterlingskombi (2x links, 2x rechts, 1x Gesamtlage ODER 1x links / 1x rechts 1x Gesamtlage → siehe auch hier: mobilesport.ch) inklusive Wende und Unterwasserphase
- Vorschwimmen von zwei der restlichen drei Schwimmarten per Losentscheid:
 - Demonstration und Bewertung inklusive Wenden sowie der dazugehörigen Unterwasserphase. Es wird ein Wasserstart gemacht.
 - Schwimmarten und Streckenlängen: 25m Rücken, Brust, Kraul

Kriterien:

Gemäss AQUA-Regeln.

Wende: Gemäss AQUA-Regeln. Korrekte Ausführung/Anschlagen inklusive Unterwasserphase; Dynamik

Es ist sowohl eine Kipp- als auch eine Rollwende erlaubt.

1.2 Notengebung Schwimmen

1.2.1 Techniknote:

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

Technik 1 + Technik 2 + Technik 3 / 3 = Schlussnote Technik Schwimmen

2 Wasserspringen

2.1 Inhalt Wasserspringen

Der Bereich Wasserspringen wird durch die untenstehenden Übungen überprüft:

- 200a: Fussprung rückwärts gestreckt mit Ausholbewegung vom 1 m Brett

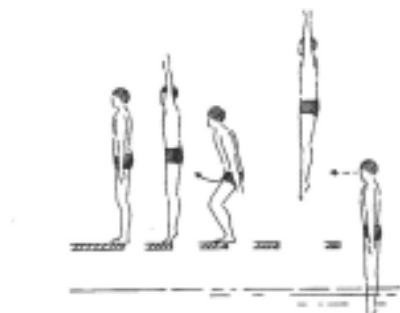


Abbildung 1: SLB Wasserspringen 200a

- 101b Eintauchen kopfwärts aus Neigehalte vom 1m Brett

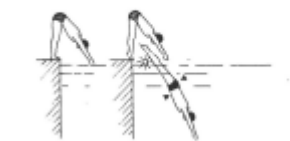


Abbildung 2: SLB Wasserspringen 101b

Kriterien:

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

2.2 Notengebung Wasserspringen

Die zwei Sprünge werden einzeln bewertet, die Noten addiert und anschliessend durch zwei dividiert, was eine Techniknote ergibt.

Der schlechtere Sprung darf einmal wiederholt werden. Dabei zählt für die Endnote der bessere Sprung. Ist die Note im zweiten Sprung tiefer, dann wird die Note des Erstversuches berücksichtigt.

Technik 1 + Technik 2 / 2 = Schlussnote Technik Wasserspringen

3 Artistic Swimming

3.1 Inhalt Artistic Swimming

Der Bereich Artistic Swimming wird durch die untenstehenden Übungen überprüft:

- 12.5 m kopfwärts paddeln, Hände unter dem Gesäss angelegt und Paddelbewegungen auf Hüfthöhe unter/neben dem Gesäss
- Pflichtfigur: Zuber inkl. 360° Drehung

Die beiden Übungen werden **am Stück** gemacht, jedoch einzeln bewertet.

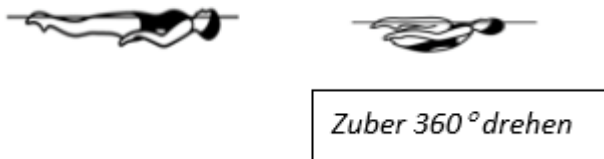


Abbildung 3: SLB Artistic Swimming Zuber

Kriterien:

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

3.2 Notengebung Artistic Swimming

Die zwei Übungen werden einzeln bewertet, die Noten addiert und durch zwei geteilt. Dies ergibt die Schlussnote im Artistic Swimming.

Endnote Artistic Swimming: Technik 1 + Technik 2 / 2 = Note Artistic Swimming



4 Wasserball

4.1 Inhalt Wasserball

Der Bereich Wasserball wird durch die zwei untenstehenden Übungen überprüft:

- 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).

4.2 Notengebung Wasserball

Die beiden Techniknoten werden addiert und durch zwei dividiert.

Endnote Wasserball: $\text{Technik 1} + \text{Technik 2} / 2 = \text{Endnote Wasserball}$



5 Rettungsschwimmen

5.1 Inhalt Rettungsschwimmen

Der Bereich Rettungsschwimmen wird durch die untenstehenden Übungen überprüft:

- 50m schwimmen mit Flossen, davon mind. 12.5m unter Wasser tauchen mit sicherem ab- und auftauchen.
- Mind. 12.5m eine leere oder volle Puppe in Bauchlage abschleppen. Dabei darauf achten, dass sie gezogen und nicht gestossen wird.

Kriterien:

- *Übung 1:*
 - *12.5m Tauchen ohne Unterbrechung*
 - *Kontinuierlicher Beinschlag unter Wasser (Kraul- oder Delfinbeinschlag) mit den Armen vor dem Körper.*
 - *Kontrolliertes Auftauchen und flüssiger Übergang in die Schwimmlage*
- *Übung 2:*
 - *Puppe wird auf dem Bauch innerhalb der Vorgaben abgeschleppt.*
 - *Die Puppe wird während dem Abschleppen nicht verloren*

Vorgaben Puppenschleppen:

- Die Puppe wird mit mindestens einer Hand und/oder einem Arm geschleppt und ist stets in Kontakt mit der schlep-
penden Person.
- Der Kopf des Teilnehmers/der Teilnehmerin befindet sich vor dem Kopf der Puppe.
- Der Kopf der Puppe zeigt in Transportrichtung und darf nicht an einem Verschluss gegriffen werden.
- Wenn die Puppe unter Wasser gezogen wird, durchbrechen die Teilnehmenden während des Schleppens mit einem
Teil ihres Körpers, z. B. dem Kopf oder dem Arm, die Wasseroberfläche.
- Es ist erlaubt, die Puppe am Hals, Mund, Nase oder Augen zu greifen oder zu fassen oder sie mit einem Arm über oder
um den Hals der Puppe zu tragen. Es ist auch erlaubt, das Gesicht der Puppe an den Körper zu drücken.

5.2 Notengebung Rettungsschwimmen

Die beiden Übungen werden mit bestanden / nicht bestanden bewertet.