



# Prüfungsbestimmungen Prüfung Trainer/-in B Artistic Swimming

## 1 Allgemeines

Die Trainer/-in B Prüfung umfasst folgende Prüfungsteile:

- Artistic Swimming verstehen - Theorie
- Artistic Swimming verstehen – Technik & Good Practice
- Artistic Swimming 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.

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

## 2 Artistic Swimming verstehen - Theorie (schriftlich)

- Die schriftliche Prüfung umfasst Inhalte aus dem J+S-Manual Schwimmen/Grundlagen.
- Die Prüfung umfasst das gesamte Theoriewissen aus den Inhalten der Module Trainer/-in B 1 + 2.

## 3 Artistic Swimming verstehen – Praxis

(siehe Seite 2)

Je eine Übung (wird ausgelost) aus den vier untenstehenden Bereichen demonstrieren:

- Schwimmen
- Paddelarten
- Eggbeat
- Pflichtfiguren

Zusätzlich ist eine Hospitation (Besuch von min. 2 Trainings an einem Swiss Aquatics Nachwuchsförderstützpunkt bei einer Gruppe auf dem Niveau F3-T1 zu leisten. Die Erkenntnisse aus den Trainingsbeobachtungen werden in einem Kurzbericht an 1 – 2 Seiten gemäss Vorlage von Swiss Aquatics schriftlich festgehalten und 1 Monat vor der Prüfung per E-Mail an [education@swiss-aquatics.ch](mailto:education@swiss-aquatics.ch) eingereicht.

Der Bericht ist für die Prüfungszulassung relevant und wird mit bestanden/nicht bestanden bewertet.

## 4 Artistic Swimming unterrichten - mündlich

Die Note «Artistic Swimming unterrichten» besteht aus dem Beobachten, Beurteilen und Beraten einer Person (Teilnehmer:in Prüfung), welche je eine Paddelart und eine Pflichtfigur demonstriert. Die Beurteilung Paddelart und Pflichtfigur ergeben je eine Note. Diese werden zusammengezählt und durch 2 dividiert, welches die Endnote «Schwimmsport unterrichten» ergibt.

## 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.



## Artistic Swimming verstehen – Praxis

Die vier Übungen werden einzeln bewertet, die Noten addiert und anschliessend durch vier dividiert, was die Praxisnote ergibt.

### 1 Schwimmen

Schwimmtechnik (Bewertung mit Start und Wende), eine Übung aus den folgenden fünf (wird ausgelost):

- 50 m Schmetterling inkl. Wende
- 50 m Kraul inkl. Wende
- 50 m Brust inkl. Wende
- 50 m Rücken inkl. Wende
- 25m Brusttauchen

*Kriterien: korrekte Kernkompetenzen, insbesondere Wasserlage (flach), Atmung (im Bewegungsfluss), Ellenbogen-vorn-Haltung, Beinschlag (aus Hüften im Delphin, Rücken und Crawl; symmetrisch im Brustbeinschlag), Rhythmus (Grundmuster stimmen). Schwimmarten gemäss AQUA Regeln.*

### 2 Paddelarten

Eine Übung aus den folgenden vier (wird ausgelost):

- o 10m Back Layout kopfwärts und 10m fusswärts paddeln
- o 10m Delfinpaddeln
- o 10m Torpedopaddeln
- o 10s Support Scull in Vertical Bent Knee Position

### 3 Eggbeat

Eine Übung aus den folgenden vier (wird ausgelost):

- o 10s Eggbeat an Ort, Arme gestreckt auf dem Wasser
- o 10m Eggbeat seitwärts, vorderer Arm paddelt, hinterer Arm gestreckt auf dem Wasser
- o 10m Kick Pull Kick Over
- o 1x Body Boost ohne Arme, 1x Body Boost beide Arme senkrecht

### 4 Pflichtfiguren

Eine Übung aus den folgenden vier (wird ausgelost):

- o 101 Ballet Leg Single
- o 360 Walkover Front
- o 301 Barracuda
- o 316 Kipnus

*Kriterien: Für Paddelart, Eggbeat und Pflichtfigur gemäss AQUA Regeln*