NIGE Fachgruppe Sport

Erfahrungs- und Lernfeld "Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen"

Jahrgang 5	Jahrgang 6	Jahrgang 7	Jahrgang 8	Jahrgang 9	Jahrgang 10
Exemplarische UE					
Zielgerichtete Orientierung im Wasser unter Berücksichtigung der Grundlagen des Brust- und Rückenschwimmens		Entwicklung der Fähigkeiten und Fertigkeiten des Schwimmens und Wasserspringens unter Berücksichtigung des Helfens und Rettens im Wasser			Sicherung und Festigung der bisher erworbenen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Wasser unter besonderer Berücksichtigung des Ausdaueraspekts und Förderung der Bereitschaft zum Helfen und Retten
Kompetenzen					
Die Schülerinnen und Schüler		Die Schülerinnen und Schüler			Die Schülerinnen und Schüler
- orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort (IK)		- schwimmen die Brustschwimmtechnik inkl. Start und Wende (IK)			- schwimmen drei Schwimmtechniken inkl. Start und Wende (IK)
- führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus (IK)		- schwimmen eine Kurzstrecke in einer selbstgewählten Schwimmtechnik schnell (IK)			- tauchen mindestens 10 m weit (IK)
- beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation beim Springen oder Tauchen (IK)		- tauchen mindestens 5 m weit (IK)			- schwimmen die Langstrecke (400 m) in einer selbstgewählten Schwimmtechnik schnell (IK)
- beherrschen das Schwimmen in Brust- und Rückenlage (IK)		- erfahren beim Tauchen ihre individuellen Leistungsgrenzen (PK)			- schwimmen verpflichtend 50 m Brustkraul (IK)
- schwimmen 20 Minuten ohne Pause (IK)		- springen mit einem/er Partner/in synchron (IK)			- springen mit einem oder mehreren Partnern synchron (IK)
- schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage		- demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und Fremdrettung (IK)			- stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab (PK)
- präsentieren nach vorgegebenen Kriterien 2 unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-m-Brett (IK)		- transportieren eine Partnerin/Partner über eine kurze Strecke (IK)			- transportieren eine Partnerin/ einen Partner über eine längere Strecke (IK)

- transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser (IK)					- beschreiben Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und zur Fremdrettung (PK)
- wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an (IK)					
- erkennen und schätzen Gefahrensituationen ein und verhalten sich entsprechend (PK)					