



Ziel- und Leistungsvereinbarungen

für das Schulschwimmen am Gymnasium Blankenese in den Klassen 5 – 10

Vorwort:

Der Schwimmunterricht wird am Gymnasium Blankenese in allen Klassenstufen im schuleigenen Hessebad durchgeführt. Dieses Schwimmbad steht allen Klassen der Schule witterungsabhängig alljährlich in dem Zeitraum Mitte Mai/Anfang Juni bis Ende August/Mitte September für den Schwimmunterricht zur Verfügung. In dieser Zeit wird der Sportunterricht in allen Klassen zu einem Großteil (12 – 20 Stunden) als Schwimmunterricht erteilt.

Ausbildungsinhalte und Basiskompetenzen für die Klassen 5 und 6:

1. Jeder Schüler/Jede Schülerin wird in die Lage versetzt, die Leistungen für die Prüfung des Bronze-Abzeichens zu erbringen, gute Schwimmer erhalten darüber hinaus die Gelegenheit, auch die Leistungen für die Prüfung des Silber-Abzeichens zu erfüllen.
2. Die Schüler erlernen die Grundtechniken in 2 Schwimmlagen (in der Regel Brust- und Kraulschwimmen) incl. der dazugehörigen Start- und Wendemöglichkeiten.
3. Die Schüler erlernen verschiedene Sprünge vom Beckenrand, Startblock und Sprungbrett.
4. Die Schüler erlernen das Weit- und Tiefsauchen.
5. Die Schüler kennen die Baderegeln.

Ausbildungsinhalte und Basiskompetenzen für die Klassen 7 und 8:

1. Jeder Schüler/Jede Schülerin wird in die Lage versetzt, die Leistungen für die Prüfung des Silber-Abzeichens zu erbringen, gute Schwimmer erhalten darüber hinaus die Gelegenheit, auch die Leistungen für die Prüfung des Gold-Abzeichens zu erfüllen.
2. Die Schüler erlernen die Grundtechniken in allen Schwimmlagen incl. der dazugehörigen Start- und Wendemöglichkeiten.
3. Die Schüler erlernen schwierigere Sprünge vom Beckenrand, Startblock und Sprungbrett.
4. Die Schüler beherrschen das Weit- und Tiefsauchen.
5. Die Schüler kennen die Baderegeln und erlernen Rettungstechniken.

Ausbildungsinhalte und Basiskompetenzen für die Klassen 9 und 10:

1. Jeder Schüler/Jede Schülerin wird in die Lage versetzt, die Leistungen für die Prüfung des Gold-Abzeichens zu erbringen
2. Die Schüler beherrschen mindestens 3 verschiedene Schwimmstile incl. der dazugehörigen Start- und Wendemöglichkeiten.
3. Jeder Schüler/Jede Schülerin wird in die Lage versetzt, sowohl ausdauernd über lange als auch schnell über kurze Distanzen in verschiedenen Schwimmstilen schwimmen zu können.
4. Die Schüler erlernen schwierige Sprünge vom Beckenrand, Startblock und Sprungbrett.
5. Die Schüler beherrschen das Weit- und Tiefsauchen.
6. Die Schüler kennen die Baderegeln und Rettungstechniken und werden in Erste-Hilfe-Maßnahmen eingewiesen.