**Feststellung der erreichten Niveaustufe
beim „Aufholen nach Corona – SCHWIMMEN“**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |
| vom | bis |  | in |  |
|  |  |
| Name des Kindes | Geburtsdatum |
|  |
| Schule |

**Erreichte Fertigkeiten (bitte ankreuzen):**

**WASSERGEWÖHNUNG (Niveaustufe 1)**

[ ]  Anpassung an die Eigenschaften und Wirkungen des Wassers

[ ]  Stehen, Gehen und Schweben im Wasser

[ ]  Auftreiben mit und ohne Hilfsmittel

[ ]  Arbeiten mit und gegen den Wasserwiderstand

[ ]  Freude beim Aufenthalt und Bewegen im Wasser

**GRUNDFERTIGKEITEN (Niveaustufe 2)**

[ ]  Atmen – Ausatmung ins Wasser!

[ ]  Tauchen – mit geöffneten Augen

[ ]  Springen – in tiefes Wasser

[ ]  Rollen – um die Breitenachse

[ ]  Drehen – um Längsachse

[ ]  Gleiten – in gestreckter strömungsgünstiger Körperposition nach Abstoß

[ ]  Fortbewegen – durch koordinierte Bein- und Armbewegungen

**BASISSTUFE SCHWIMMEN (Niveaustufe 3)**

[ ]  beliebiger Sprung ins tiefe Wasser und anschließend 100 Meter in einer beliebigen Schwimmart ohne Zeitbegrenzung

[ ]  Wasser ohne Hilfsmittel selbstständig verlassen

**SICHERES SCHWIMMEN (Niveaustufe 4)**

[ ]  Sprung ins tiefe Wasser und anschließend 15 Minuten Schwimmen und
mindestens 200 Meter in einer beliebigen Schwimmart zurücklegen

**oder**

[ ]  Kopfsprung ins tiefe Wasser und anschließend 100 Meter Schwimmen in einer Schwimmart mit Zeitbegrenzung (maximal 3:30 min; ab Klassenstufe 9: männlich 2:30 min und weiblich 2:45 min)

[ ]  100 Meter Schwimmen in einer zweiten Schwimmart ohne Zeitbegrenzung

Hiermit bestätigt der durchführende Verein, dass das o.g. genannte Kind im Rahmen des Schwimmkurses die folgende Niveaustufe erreicht hat (es müssen alle Unterpunkte der jeweiligen Stufe erfüllt sein):

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  **Stufe 1** [ ]  | **Stufe 2** [ ]  | **Stufe 3** [ ]  **oder**  | **Stufe 4** [ ]  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |   |
| Ort/Datum | Stempel des durchführenden Vereins | Unterschrift Schwimmlehrkraft(Druckbuchstaben Name) |

Stand: 03.2022