

Noten Zyklus 2

Um eine Note bestimmen zu können, müssen zuerst die einzelnen Teilnoten ermittelt werden. Diese werden wie folgt definiert:

Leicht:

Erfüllt	Note 4.5
Teilweise erfüllt	Note 4
Nicht erfüllt	Note 3.5

Mittel:

Erfüllt	Note 5
Teilweise erfüllt	Note 4.5
Nicht erfüllt	Zurück zu „Leicht“

Schwer:

Erfüllt	Note 6
Teilweise erfüllt	Note 5.5
Nicht erfüllt	Zurück zu „Mittel“

Um bestimmen zu können, ob eine Zielform erfüllt ist, sollen die technischen Kriterien im Schools Guide als Anhaltspunkt genommen werden.

Legende

WBS	Wechselbeinschlag
BL	Bauchlage
RL	Rückenlage
Streamline-Position	Gestreckte Körperposition von Kopf bis Fuss, Arme strömungsgünstig in Schwimmrichtung
Zyklus	Rücken und Kraul: sechs Beinschläge auf zwei Armzüge
Dreier-Zug	Einatmen nach jedem dritten Armzug

Name Schüler/in: _____

Leicht			Mittel			Schwer		
10m Wechselbeinschlag in BL und RL, Arme angelegt			10m Wechselbeinschlag in BL oder RL, Arme angelegt und in Streamline- Position			10m Wechselbeinschlag mit Drehung um die Längsachse, Arme angelegt und in Streamline- Position		
Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt
Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt
Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt
3 - 4 Zyklen Rücken			10m Rücken			25m Rücken		
Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt
Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt
Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt
3-4 Zyklen Kraul ohne Einatmen			10m Kraul mit Seitatemung			15 -25m Kraul mit Seitatemung		
Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt
Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt
Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt
Sprung ins tiefe Wasser und zurückschwimmen			Kopfsprung aus dem Stand			Startsprung		
Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt
Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt
Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt
Rolle vorwärts auf Matte (Matte liegt auf dem Wasser)			Rolle vorwärts ins Wasser			Rolle vorwärts in das Wasser mit anschliessender zweiten Rolle im Wasser		
Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt	Teil-note	Erfüllt
Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt		Teilweise erfüllt
Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt		Nicht erfüllt