

Prüfungskriterien – Lehren und Lernen von Bewegungen

BA Bildungswissenschaften (FPO SPO-BA 2026)	
Modul LLB	LLB-S/Ü1 Bewegen im Wasser

1. Überblick Modul LLB

Die Modulprüfung setzt sich aus vier Teilprüfungen zusammen: Praktische Prüfung in *Laufen, Springen, Werfen, Bewegen im Wasser, Bewegen an Geräten* und eine Hausarbeit/mündliche Prüfung in *Lehren erproben*.

Alle Teilprüfungen sind unabhängig voneinander zu bestehen. Die Modulnote ergibt sich aus dem Mittelwert der Noten der vier Prüfungsteile.

2. Studienleistung: *Bewegen im Wasser*

Im Seminar erfolgt eine zu absolvierende Studienleistung (unbenotet): Diagnostisches Handeln in Form einer Bewegungsanalyse einer Schwimmtechnik (Brust, Kraul, Rücken oder Schmetterling) mit der Entwicklung eines passgenauen Trainingsplans.

3. Praktische Prüfung: *Bewegen im Wasser*

Die Note der praktischen Prüfung ergibt sich aus dem arithmetischen Mittel der zwei benoteten Teilprüfungen (s. u.). Beide Teilprüfungen müssen unabhängig voneinander mit mindestens 4,0 bestanden werden.

Folgende zwei Teilprüfungen sind zu absolvieren:

1. Leistungsprüfung: 100 m Zeitschwimmen in einer Technik nach Wahl (Brust, Kraul, Rücken oder Schmetterling; Teilnoten siehe Tabelle 1)
2. Demonstrationsprüfung: 75 m technische Demonstration der Techniken in der festgelegten Reihenfolge Rücken, Brust und Kraul (je 25m; Teilnoten siehe Tabelle 2)

Voraussetzung für das Bestehen ist, dass die jeweils vorgegebene Schwimmdistanz vollständig und durchgehend in der zu absolvierenden Schwimmtechnik durchgeführt wird (Mindestanforderung).

Der Start beim Kraul-, Brust- und Schmetterlingsschwimmen erfolgt nach dem jeweiligen Startsignal durch einen Sprung vom Startblock, beim Rückenschwimmen erfolgt ein Tiefstart. Beim Wechsel der Schwimmart ist in Abhängigkeit der Schwimmart, die beendet wird, anzuschlagen und in Abhängigkeit der Schwimmart, die begonnen wird, abzustoßen.

Tabelle 1: Zeitprüfung (vgl. dsv Punkte-Tabelle, FINA 2021, 25 m, 225 Punkte entspricht Kategorie III der Rudolph-Tabelle)

Note	%	Brust		Freistil/Kraul		Rücken		Schmetterling/Delphin	
		100m (weiblich)	100m (männlich & open)	100m (weiblich)	100m (männlich & open)	100m (weiblich)	100m (männlich & open)	100m (weiblich)	100m (männlich & open)
Bestzeit	100 %	< = 1:42,52	< = 1:30,98	< = 1:22,61	< = 1:13,88	< = 1:30,24	< = 1:19,46	< = 1:29,78	< = 1:18,55
1.0	100 – 95	< = 1:47,65	< = 1:35,53	< = 1:26,74	< = 1:17,57	< = 1:34,75	< = 1:23,43	< = 1:34,27	< = 1:22,48
1.3	94 – 90	< = 1:52,77	< = 1:40,08	< = 1:30,87	< = 1:21,27	< = 1:39,26	< = 1:27,40	< = 1:38,76	< = 1:26,41
1.7	89 – 85	< = 1:57,90	< = 1:44,63	< = 1:35,00	< = 1:24,96	< = 1:43,77	< = 1:31,37	< = 1:43,25	< = 1:30,34
2.0	84 – 80	< = 2:03,03	< = 1:49,18	< = 1:39,13	< = 1:28,66	< = 1:48,28	< = 1:35,34	< = 1:47,74	< = 1:34,27
2.3	79 – 75	< = 2:08,15	< = 1:53,73	< = 1:43,26	< = 1:32,35	< = 1:52,79	< = 1:39,31	< = 1:52,23	< = 1:38,20
2.7	74 – 70	< = 2:13,28	< = 1:58,28	< = 1:47,39	< = 1:36,04	< = 1:57,30	< = 1:43,28	< = 1:56,72	< = 1:42,13
3.0	69 – 65	< = 2:18,40	< = 2:02,83	< = 1:51,52	< = 1:39,74	< = 2:01,81	< = 1:47,25	< = 2:01,21	< = 1:46,06
3.3	64 – 60	< = 2:23,53	< = 2:07,38	< = 1:55,65	< = 1:43,43	< = 2:06,32	< = 1:51,22	< = 2:10,73	< = 1:49,99
3.7	59 – 55	< = 2:28,66	< = 2:11,93	< = 1:59,78	< = 1:47,13	< = 2:10,83	< = 1:55,19	< = 2:05,70	< = 1:53,92
4.0	54 – 50	< = 2:33,79	< = 2:16,48	< = 2:03,91	< = 1:50,82	< = 2:15,34	< = 1:59,16	< = 2:10,19	< = 1:57,85

Hinweis: Die dsv Punkte-Tabelle wurde entworfen, um Schwimmart, Strecke, Zeit sowie Geschlecht miteinander vergleichen zu können. Somit kann ermittelt werden, welche Leistung in einem Wettkampf die Beste ist. Der aktuelle Weltrekord entspricht 1000 Punkte (vgl. <https://www.dsv.de/schwimmen/wettkampf-national/punktetabellen/>).

Tabelle 2: Bewertungskriterien und Teilnoten der Demonstrationsprüfung

Bereich		Bewertung												Kommentar	Teilnoten
		Fs 1,0 – 1,3			Fe1 1,7 2,0 1,3			Fe2 2,7 3,0 3,3			G1 3,7 – 4,0			G2 < 4,0	
Rücken	Arme (vortriebswirksam, zeitliche Kopplung, Zug-/ Druck-/ Rückholphasen)														
	Beine (vortriebswirksam, wechselseitig)														
	Wasserlage (Streckung, Kopfhaltung, Rotation)														
Brust	Arme (vortriebswirksam, zeitliche Kopplung, Zug-/ Druck-/ Rückholphasen)														
	Beine (vortriebswirksam, symmetrisch, Schwunggrätsche)														
	Wasserlage (Gleitphase/ Streckung, Atmung, Kopfhaltung)														
Kraul	Arme (vortriebswirksam, zeitliche Kopplung, Zug-/ Druck-/ Rückholphasen)														
	Beine (vortriebswirksam, wechselseitig)														
	Wasserlage (Streckung, Atmung, Kopfhaltung, Rotation)														
Start, Wenden, Tauchphasen	Rückenstart + Tauchphase (Körperspannung, Streckung in Tauchphase, Bewegungsfluss)														
	Wende + Tauchzug (Anschlag, Streckung in Tauchphase, Bewegungsfluss)														
	Wende + Tauchphase (Anschlag, Streckung in Tauchphase, Bewegungsfluss)														
Gesamtnote:															