

Sozialkompetenzen – Schwimmen und Leichtathletik (Bachillerato / Oberstufe)

Schwimmen

Sonstige Leistung: 40%

Prüfungen 60%

Teamfähigkeit und Sozialverhalten

- Die Schülerinnen und Schüler unterstützen sich gegenseitig beim Erlernen neuer Schwimmtechniken.
- Sie zeigen Rücksichtnahme und Verantwortungsbewusstsein im Wasser.
- Sie arbeiten kooperativ bei Partner- und Gruppenübungen.
- Sie motivieren ihre Mitschülerinnen und Mitschüler fair und respektvoll.

Sicherheitsbewusstsein

- Die Schülerinnen und Schüler beachten die Sicherheitsregeln im Schwimmbad.
- Sie handeln verantwortungsvoll gegenüber anderen.
- Sie erkennen Gefahren im Wasser und reagieren angemessen.

Fair Play und Respekt

- Die Schülerinnen und Schüler respektieren individuelle Leistungsunterschiede.
- Sie verhalten sich fair bei Wettkämpfen und Staffelübungen.
- Sie akzeptieren Feedback und helfen anderen konstruktiv.

Leichtathletik

Teamfähigkeit und Kooperation

- Die Schülerinnen und Schüler arbeiten konstruktiv in Gruppen zusammen.
- Sie unterstützen sich gegenseitig bei Technikübungen.
- Sie übernehmen Verantwortung bei gemeinsamen Aufgaben und Aufbauten.

Motivation und Durchhaltevermögen

- Die Schülerinnen und Schüler zeigen Einsatzbereitschaft und Ausdauer.
- Sie gehen respektvoll mit Erfolgen und Misserfolgen um.
- Sie motivieren ihre Mitschülerinnen und Mitschüler positiv.

Fairness und Regelbewusstsein

- Die Schülerinnen und Schüler halten Wettkampfregeln ein.
- Sie zeigen Fairness bei Lauf-, Sprung- und Wurfdisziplinen.
- Sie respektieren Leistungen anderer Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Lernzielkontrollen:

Schwimmen:

- Kraul: 50 m, 100m 200m (Zeit)
- Rücken: 50m, 100m (Zeit)

- 25m Tauchen

Leichtathletik:

- 100m Lauf
- Cooper Test
- Beep Test