

<b>Lern- und Erfahrungsfeld Schwimmen Klasse 5</b>	<b>Inhaltsbezogene Kompetenzen</b>	<b>Prozessbezogene Kompetenzen</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> beherrschen das Schwimmen in Brust- und Rückenlage.</li> <li><input type="checkbox"/> schwimmen 20 Minuten ohne Pause.</li> <li><input type="checkbox"/> führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus.</li> <li><input type="checkbox"/> präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett.</li> <li><input type="checkbox"/> orientieren sich unter Wasser und bewegen sich zielgerichtet fort.</li> <li><input type="checkbox"/> transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durchs Wasser.</li> <li><input type="checkbox"/> wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> beurteilen die Anforderungen einer Bewegungssituation beim Springen oder Tauchen.</li> <li><input type="checkbox"/> schätzen ihre Schwimmfähigkeit richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage.</li> <li><input type="checkbox"/> erkennen und schätzen Gefahrensituationen ein und verhalten sich entsprechend.</li> </ul>
<b>Lern- und Erfahrungsfeld Schwimmen 7</b>	<b>Inhaltsbezogene Kompetenzen</b>	<b>Prozessbezogene Kompetenzen</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> schwimmen drei Schwimmtechniken inklusive Start und Wende.</li> <li><input type="checkbox"/> schwimmen eine Kurzstrecke in einer selbst gewählten Schwimmtechnik schnell.</li> <li><input type="checkbox"/> springen mit einem oder mehreren Partnerinnen/ Partnern synchron.</li> <li><input type="checkbox"/> tauchen mindestens 10 Meter weit.</li> <li><input type="checkbox"/> transportieren eine Partnerin/einen Partner über eine vorgegebene Distanz sicher.</li> <li><input type="checkbox"/> demonstrieren grundlegende Fertigkeiten zur Selbst- und zur Fremdrettung.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> geben nach vorgegebenen Kriterien Bewegungskorrekturen stimmen ihre Bewegungen mit anderen ab.</li> <li><input type="checkbox"/> erfahren beim Tauchen ihre individuellen Leistungsgrenzen.</li> <li><input type="checkbox"/> beschreiben Hilfsmaßnahmen zur Selbst- und zur Fremdrettung.</li> </ul>