

**Fachpraktische Prüfung (FPP) in Modul DMM1**

**1. Zeitschwimmen**

Es sind **100 m** in einer Schwimmart nach Wahl zu schwimmen (Zeitvorgaben s. Anlage 1).

**2. Technikdemonstration**

Es sind **drei** Techniken über 30 m mit Startsprung und Wende in beim Zeitschwimmen nicht gewählten Schwimmarten zu demonstrieren.

**3. Wasserspringen**

Abfaller kopfwärts vom 3m-Brett **und** 1 Sprung nach Wahl (außer Fußsprünge/Abfaller) von 1m oder 3m (1 Versuch, nur in begründeten Ausnahmefällen kann der Prüfer einen 2. Versuch gestatten)

Beurteilungskriterium: Ausführungsqualität (Absprung-/Flug-/Eintauchphase)

**4. Tauchen**

Mit den Flossen ausgerüstet eine Strecke von ca. 12m mit gestreckten Armen (Hochhalte) und mit Kraulbeinbewegung schwimmen (regelmäßige Atmung), in der Hüfte abknicken und auf 3,80m abtauchen. Die auf dem Bassinboden liegende Maske anlegen und ausblasen, im Anschluss den Schnorchel anlegen, anschließend mit gestreckten Armen (in Hochhalte) am Beckenboden zum Ausgangspunkt zurücktauchen, dort spiralförmig auftauchen (Blick zur Wasseroberfläche) und Schnorchel ausblasen.

Die Noten aus den insgesamt vier Teilprüfungen werden für die Gesamtleistung der Praxis gleichermaßen gewichtet. Alle Teilbereiche 1-4 sind mit mindestens 4.0 zu bestehen.

**Anlage 1****100 m Zeitschwimmen entsprechend der DSV-Tabelle****Frauen**

| Note | 100 m<br>Schmetterlingsschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Rückenschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Brustschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Kraulschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Lagen<br>bis Zeit |
|------|--|--------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| 1,0  | 1:24,56                                      | 1:29,00                              | 1:39,14                             | 1:19,94                             | 1:27,83                    |
| 1,3  | 1:26,53                                      | 1:31,07                              | 1:41,45                             | 1:21,80                             | 1:29,87                    |
| 1,7  | 1:28,69                                      | 1:33,34                              | 1:43,98                             | 1:23,85                             | 1:32,12                    |
| 2,0  | 1:31,09                                      | 1:35,87                              | 1:46,79                             | 1:26,12                             | 1:43,61                    |
| 2,3  | 1:33,77                                      | 1:38,69                              | 1:49,94                             | 1:28,65                             | 1:37,40                    |
| 2,7  | 1:36,80                                      | 1:41,88                              | 1:53,49                             | 1:31,15                             | 1:40,54                    |
| 3,0  | 1:40,26                                      | 1:45,52                              | 1:57,54                             | 1:34,78                             | 1:44,14                    |
| 3,3  | 1:44,27                                      | 1:49,74                              | 2:02,25                             | 1:38,58                             | 1:48,31                    |
| 3,7  | 1:49,02                                      | 1:54,74                              | 2:07,81                             | 1:43,07                             | 1:53,24                    |
| 4,0  | 1:54,77                                      | 2:00,79                              | 2:14,55                             | 1:48,50                             | 1:59,21                    |

**Männer**

| Note | 100 m<br>Schmetterlingsschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Rückenschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Brustschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Kraulschwimmen<br>bis Zeit | 100 m<br>Lagen<br>bis Zeit |
|------|--|--------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------|
| 1,0  | 1:15,82                                      | 1:19,84                              | 1:28,58                             | 1:11,46                             | 1:18,54                    |
| 1,3  | 1:17,58                                      | 1:21,17                              | 1:30,64                             | 1:13,12                             | 1:20,37                    |
| 1,7  | 1:19,52                                      | 1:23,74                              | 1:32,19                             | 1:14,95                             | 1:22,38                    |
| 2,0  | 1:21,68                                      | 1:26,00                              | 1:35,42                             | 1:16,98                             | 1:24,60                    |
| 2,3  | 1:24,08                                      | 1:28,54                              | 1:38,23                             | 1:19,24                             | 1:27,09                    |
| 2,7  | 1:26,79                                      | 1:31,39                              | 1:41,40                             | 1:21,80                             | 1:29,91                    |
| 3,0  | 1:29,90                                      | 1:34,66                              | 1:45,02                             | 1:24,72                             | 1:33,12                    |
| 3,3  | 1:33,50                                      | 1:38,45                              | 1:49,23                             | 1:28,12                             | 1:36,85                    |
| 3,7  | 1:37,75                                      | 1:42,93                              | 1:54,20                             | 1:32,13                             | 1:41,26                    |
| 4,0  | 1:42,91                                      | 1:48,36                              | 2:00,22                             | 1:36,99                             | 1:46,16                    |

# Lehramt HRGe und GymGe (für StO ab WS 11/12) für den Bereich „Schwimmen“

## Sportmotorisches Propädeutikum (SMP)

|   |                         |                         |
|---|-------------------------|-------------------------|
| <b>100 m Zeitschwimmen</b> - Schwimmtechnik frei wählbar<br>(in Übereinstimmung mit den Wettkampfbestimmungen)                    | <b>Männer: 2:00 min</b> | <b>Frauen: 2:20 min</b> |
| <b>Technikdemonstration über 30 m</b> inklusive Startsprung und Wende in <b>zwei</b> beim Zeitschwimmen nicht gewählten Techniken |                         |                         |
| <b>Fußsprung vom 3-Meter-Brett:</b> gegrätscht, gehockt oder gehechtet  |                         |                         |

## Fachpraktische Prüfung (FPP) DM 3

### 1. Zeitschwimmen

Es sind **200 m** in einer Schwimmart nach Wahl zu schwimmen (Zeitvorgaben s. Anlage 1).

### 2. Technikdemonstration

Es sind **drei** Techniken über 30 m mit Startsprung und Wende in beim Zeitschwimmen nicht gewählten Schwimmarten zu demonstrieren.

### 3. Springen

Es ist **ein** Sprung nach Wahl vom **3-m-Brett** und **ein Synchronsprung** mit entsprechendem Auftakt vom 1-m-Brett abzuleisten (s. Anlage 2). Je Sprung sind max. 2 Versuche möglich.

### 4. Tauchen

Mit den Flossen ausgerüstet eine Strecke von ca. 12 m schwimmen (Atmung ist möglich), in der Hüfte abknicken und abtauchen, die auf dem Bassinboden liegende Maske und den Schnorchel anlegen und Maske ausblasen, anschließend ca. 10 m unter Wasser schwimmen, spiralförmig auftauchen und Schnorchel ausblasen.

### 5. Wasserball

Die folgenden Übungen sind durchzuführen:

1. Mit einem Partner (3-5 m auseinander) wird das Passen und Fangen sowie das Wasserballtreten demonstriert.
2. Es wird das Wasserballdribbling in Richtung Tor sowie die Ballaufnahme (ca. 6 m vor dem Tor) mit anschließendem Zuspiel zu einem Spieler demonstriert. Es folgt das Umschwimmen eines passiven Gegners, die Annahme des Balles von dem zuvor angespielten Spieler (Doppelpass) sowie ein Torwurf.

### 6. Synchronschwimmen

Es sind in einer drei bis fünfminütigen Gruppengestaltung (mind. 3 Personen) Figuren zu legen.

Die Teilbereichsprüfungen 1 und 2 sind obligatorisch.

Aus den Teilbereichsprüfungen 3-6 sind zwei Prüfungen zu wählen.

Die Noten aus den insgesamt vier Teilprüfungen werden für die Gesamtleistung der Praxis gleichermaßen gewichtet. Alle Teilbereiche sind mit mindestens 4.0 zu bestehen.

## Lehrpraktische Prüfung (LPP)

**Homepage** unter Organisation – Prüfungsamt, befindet sich rechts ein Kasten mit dem Hinweis „Weitere Informationen“, dort gibt es „**Hinweise zur schriftlichen Ausarbeitung und Bewertung von lehrpraktischen Prüfungen**“.

In die Bewertung fließt die Planung, die Durchführung und Reflexion der Unterrichtseinheit mit ein.

Alle Teilbereiche sind mit mindestens 4.0 zu bestehen.

### Anlage 1

**200 m Zeitschwimmen** entsprechend der DSV-Tabelle

**Frauen**

| Note | 200 m Schmetterlingsschwimmen bis Zeit | 200 m Rückenschwimmen bis Zeit | 200 m Brustschwimmen bis Zeit | 200 m Kraulschwimmen bis Zeit | 200 m Lagen bis Zeit |
|------|--|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| 1,0  | 03:08,7                                | 03:11,4                        | 03:33,1                       | 02:54,5                       | 03:15,2              |
| 1,3  | 03:15,8                                | 03:17,5                        | 03:41,1                       | 03:01,1                       | 03:22,6              |
| 1,7  | 03:24,2                                | 03:25,9                        | 03:50,5                       | 03:08,8                       | 03:31,2              |
| 2,0  | 03:30,6                                | 03:32,4                        | 03:57,8                       | 03:14,7                       | 03:37,8              |
| 2,3  | 03:37,9                                | 03:39,8                        | 04:06,1                       | 03:21,5                       | 03:45,4              |
| 2,7  | 03:44,2                                | 03:46,1                        | 04:13,1                       | 03:27,3                       | 03:51,9              |
| 3,0  | 03:51,2                                | 03:53,1                        | 04:21,0                       | 03:33,7                       | 03:59,1              |
| 3,3  | 03:59,2                                | 04:01,2                        | 04:30,0                       | 03:41,1                       | 04:07,4              |
| 3,7  | 04:05,1                                | 04:07,2                        | 04:36,8                       | 03:46,6                       | 04:13,6              |
| 4,0  | 04:11,8                                | 04:13,9                        | 04:44,3                       | 03:52,8                       | 04:20,4              |

**Männer**

| Note | 200 m Schmetterlingsschwimmen bis Zeit | 200 m Rückenschwimmen bis Zeit | 200 m Brustschwimmen bis Zeit | 200 m Kraulschwimmen bis Zeit | 200 m Lagen bis Zeit |
|------|--|--------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|----------------------|
| 1,0  | 02:50,2                                | 02:53,1                        | 03:13,7                       | 02:36,5                       | 02:53,6              |
| 1,3  | 02:56,7                                | 02:59,7                        | 03:21,1                       | 02:42,4                       | 03:00,1              |
| 1,7  | 03:04,2                                | 03:07,3                        | 03:29,6                       | 02:49,3                       | 03:07,8              |
| 2,0  | 03:10,0                                | 03:13,2                        | 03:36,2                       | 02:54,6                       | 03:13,7              |
| 2,3  | 03:16,6                                | 03:20,0                        | 03:43,8                       | 03:00,7                       | 03:20,5              |
| 2,7  | 03:22,2                                | 03:25,7                        | 03:50,2                       | 03:05,9                       | 03:26,2              |
| 3,0  | 03:28,5                                | 03:32,1                        | 03:57,4                       | 03:11,7                       | 03:32,6              |
| 3,3  | 03:35,7                                | 03:39,4                        | 04:05,6                       | 03:18,3                       | 03:40,0              |
| 3,7  | 03:41,1                                | 03:44,9                        | 04:11,7                       | 03:23,2                       | 03:45,5              |
| 4,0  | 03:47,1                                | 03:51,0                        | 04:18,5                       | 03:28,7                       | 03:51,6              |

**Anlage 2****Sprung**

| Notenbereich | Sprünge   |
|--------------|---|
| 1            | Salto vw/rw gehockt<br>Delfinkopfsprung                               |
| 2            | Kopfsprünge vw/rw gehockt/gehechtet/gestreckt                         |
| 3            | Abfaller vw/rw<br>Fußsprung gehockt/gehechtet/gestreckt mit ½ Drehung |
| 4            | Fußsprung gestreckt/gehockt/gehechtet                                 |

Neben dem Schwierigkeitsgrad, stellt die Ausführungsqualität ein wesentliches Bewertungskriterium dar. Je nach Qualität der Sprungausführung sind deswegen Abweichungen in untere Notenbereiche unbegrenzt möglich. Abweichungen in obere, bessere Notenbereiche sind maximal um eine Gesamtnote möglich.

Die Bewertung des Synchronsprungs geschieht nicht nach der dargestellten Tabelle. Stattdessen stellen hierbei die Ausführungsqualität und die Synchronität der Sprünge die entscheidenden Beurteilungskriterien dar.