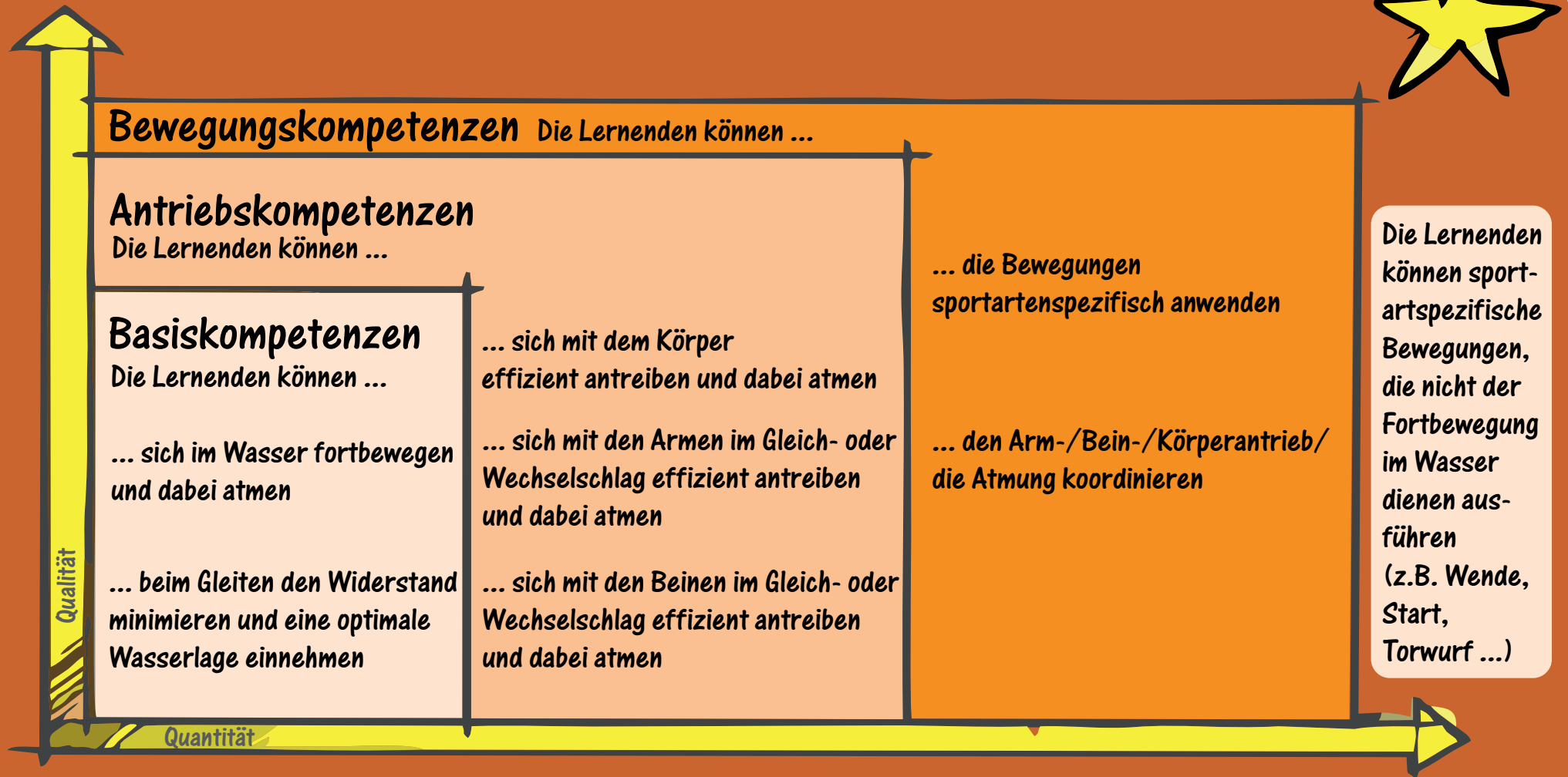


Kompetenzmodell für die Fortbewegung in den Schwimmsportarten

(Schwimmen, Rettungsschwimmen, Wasserball, Synchronschwimmen, Freitauchen, Triathlon etc.)



Kompetenzen mit den Wassereigenschaften angepasst umzugehen

Wassergewöhnung, die Lernenden können ...

... gegen den Wasserdruck ausatmen

... auf und unter der Wasseroberfläche schweben

... den Widerstand nutzen und sich gegen den Widerstand bewegen