Koordination: Rope Skipping (Niveau C)

Die Schülerinnen und Schüler können fehlerlos eine Rope-Skipping-Bewegungsfolge mit sechs verschiedenen Elementen präsentieren: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.

Die Schülerinnen und Schüler präsentieren fehlerlos eine Rope-Skipping-Bewegungsfolge mit sechs verschiedenen Elementen. Die Bewegungsfolge enthält mindestens ein schwieriges Element wie zum Beispiel gekreuzte Arme oder Doppeldurchzug.

Die Bewegungsfolge wird so präsentiert, dass die Elemente in der Regel während acht Sprüngen ausgeführt werden. Sie kann zu Musik vorgezeigt werden.

Koordination: Rope Skipping (Niveau C) (pdf)

Koordination: Rope Skipping (Niveau C): Beurteilungsbogen (xls)

Allgemeine Hinweise

Kompetenzen werden durch die Angabe von drei Niveaus gemessen. Dabei kann Niveau A von fast allen, Niveau B vom Durchschnitt und Niveau C von den besten Schülerinnen und Schülern erreicht werden.

Die Testübungen können auch als Standortbestimmung zu Beginn des Lernprozesses eingesetzt werden. Darauf aufbauend wird mit den Schülerinnen und Schülern eine gemeinsame Zielvereinbarung erarbeitet: Was wird wann und wie bearbeitet und angestrebt?

Die Fremdbeurteilung einer Kompetenz durch die Lehrperson soll möglichst oft mit einer Selbstbeurteilung der Schülerinnen und Schüler ergänzt werden. Dadurch werden die Reflexionsfähigkeit und die Übernahme von Selbstverantwortung gefördert.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO