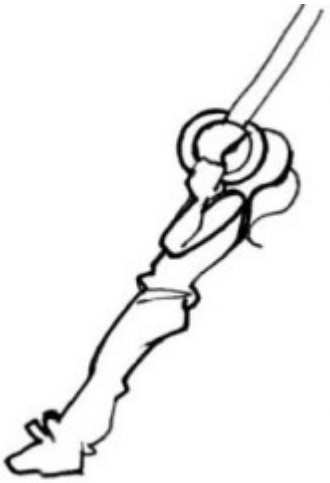
Schaukeln und Schwingen: Beugehang an den Schaukelringen (Niveau B)

Für diesen Test müssen sich die Schülerinnen und Schüler am Ende des dritten Vorschaukelns in den Beugehang begeben können und bis zum nächsten Umkehrpunkt schaukeln.

Die Schülerinnen und Schüler schaukeln an einem Ringpaar vor und zurück. Am Ende des dritten Vorschaukelns begeben sie sich in den Beugehang. Sie schaukeln im Beugehang bis zum nächsten Umkehrpunkt.



Dort beenden die Schülerinnen und Schülerdas Kunststück und beschleunigen nochmals mit den Füssen während dem Vorschaukeln. Anschliessend wird beim Rückschaukeln mit den Füssen gebremst und nach vorne weggelaufen.

Die Schülerinnen und Schüler haben einen zweiten Versuch, wenn beim ersten Versuch nicht alle Bewegungsmerkmale erfüllt sind.

Schaukeln und Schwingen: Beugehang an den Schaukelringen (Niveau B) (pdf)

Schaukeln und Schwingen: Beugehang an den Schaukelringen (Niveau B): 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.