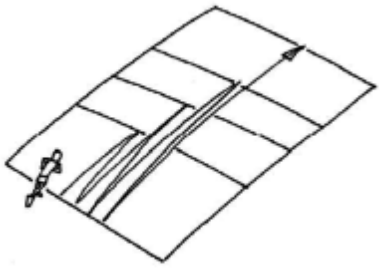
Schnelligkeit: Linienlauf (Niveaus ABC)

Die Lernenden laufen bei diesem Test die Linien des Volleyballfeldes nach vorgegebenem Schema an.

Die Lernenden Laufen nach dem Startsignal «Achtung-Fertig-Los» so schnell wie möglich zur 3m-Linie. Sobald sie die Linie mit der Hand berührt haben laufen sie wieder zurück zur Aufschlaglinie. Dieses Schema wiederholen sie mit jeder Linie vom Volleyballfeld.



Die Lernenden erreichen bei diesem Schnelligkeitstest mindestens eine durchschnittliche Leistung.

Linienlauf (Niveaus ABC) (pdf)

Linienlauf (Niveaus ABC): 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.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO