

# Fliegen, Drehen, Schaukeln und Schwingen: Schaukeln und Schwingen (Niveau A)

Die Lehrperson prüft mit diesem Test die folgende Kompetenz der Schüler: einige Teile der Bewegungsform «Schaukeln und Schwingen» turnen und diese mit anderen Elementen verbinden.

Die Schüler müssen aus den vier folgenden einfachen Elementen zwei korrekt vorzeigen können.

1. Vier Mal hin und her schaukeln an den Ringen, mit dem ersten Vorschwung beginnend
2. Drei Mal hin und her schwingen im Barren und Kehre, mit dem Vorschwung beginnend
3. Felgaufschwung am Reck
4. Unterschwung am Reck



[Schaukeln und Schwingen \(Niveau A\)](#) (pdf)

[Schaukeln und Schwingen \(Niveau A\): 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