

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

Bei diesem Test turnen die Schülerinnen und Schüler mehrere Elemente zur Bewegungsform «Drehen» in guter Haltung.

Die Schüler turnen aus den vier folgenden mittelmässig schwierigen Elementen zwei korrekt vor.

1. Aufrollen auf den Kasten-Sprungrolle
2. Salto vorwärts auf den Mattentisch
3. Knieaufzug und Knieumschwung rückwärts am Reck
4. Drehen rückwärts zum Sturzhang mit anschliessendem Niedersprung an reichhohen Ringen



[Drehen \(Niveau B\)](#)(pdf)

[Drehen \(Niveau B\): 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.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**