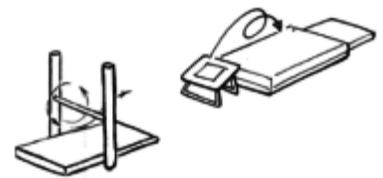


Rollen und Drehen: Gerätebahn Rollen und Drehen (Niveau C)

Die Schülerinnen und Schüler können eine schwierige Gerätebahn zum Thema Rollen und Drehen an vier verschiedenen Stationen turnen: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.

Die Schülerinnen und Schüler turnen eine schwierige Gerätebahn zum Thema Rollen und Drehen an vier verschiedenen Stationen. Sie machen am Reck einen Hüftaufschwung, danach einen Hüftumschwung. Weiter geht es mit einem Niedersprung und Unterschwingung (evtl. aus Stütz) unter dem Reck hindurch.

Am Boden machen die Schülerinnen und Schüler ein Abrollen aus dem Handstand und zum Abschluss am Minitrampolin einen Salto vorwärts zum Stand auf den Weichboden.



[Rollen und Drehen: Gerätebahn Rollen und Drehen \(Niveau C\)\(pdf\)](#)

[Rollen und Drehen: Gerätebahn Rollen und Drehen \(Niveau C\): 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