Rotationen: Baumstamm (Niveau B)

Die Lehrperson prüft mit diesem Test, ob die Kinder eine Rotation um die Längs- und die Querachse unter erschwerten Bedingungen ausführen können.

Das Kind legt sich quer über eine Langbank, auf der zwei Matten liegen. Es dreht sich mit gestreckten Armen und Beinen vom Rücken auf den Bauch und wieder auf den Rücken, jeweils in beide Richtungen.

Metapher der Lehrperson: «drehe dich so steif wie ein Baumstamm».

Baumstamm (Niveau B) (pdf)

Baumstamm (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.

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO