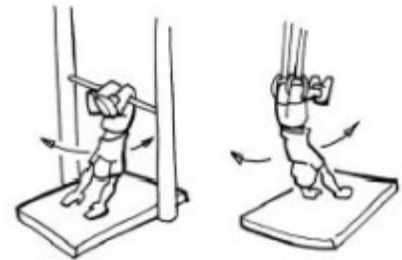


# Schaukeln, Schwingen: Verkehrte Welt (Niveaus AB)

Am Reck und an den Schaukelringen kopfüber hängen und schwingen können: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.

Die Schülerinnen und Schüler hängen sich mit den Beinen wie eine Glocke bei den Ringen und am Reck ein. Nun geben sie mit den Händen am Boden etwas Schwung und pendeln drei bis vier Mal vor und zurück. Dabei achten die Schülerinnen und Schüler darauf, dass sie die Beine nicht strecken.



[Schaukeln, Schwingen: Verkehrte Welt \(Niveaus AB\)](#) (pdf)

[Schaukeln, Schwingen: Verkehrte Welt \(Niveaus AB\):](#)

[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**