

Rhythmisch bewegen: Rhythmische Bewegungen kombinieren (Niveau C)

Mit diesem Test prüft die Lehrperson, ob sich die Schüler variantenreich und rhythmisch korrekt zur Musik bewegen können. Sie führen die Bewegungen langsam, dann schnell aus.

Es werden vier Gehschritte (1-4) nacheinander und mit einer Bewegung auf vier Schläge (5-8) an Ort kombiniert. Die Schülerin wählt selbst sechs verschiedene Bewegungsmuster aus (A-F).

Jedes Bewegungsmuster an Ort wird ein Mal langsam (X) und anschliessend zwei Mal schnell (X') durchgeführt (oder umgekehrt).



[Rhythmische Bewegungen kombinieren \(Niveau C\)](#) (pdf)

[Rhythmische Bewegungen kombinieren \(Niveau C\): 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