Rhythmisch bewegen: Rhythmische Bewegungen kombinieren (Niveau A)

Bei diesem Test bewegen sich die Schülerinnen und Schüler rhythmisch korrekt zu einer vorgegebenen Musik.

Es werden vier Gehschritte (1-4) nacheinander mit einer Bewegung auf vier Schläge (5-8) an Ort kombiniert. Zwei verschiedene Bewegungsmuster (A und B) sind vorgegeben.

Benötigt wird ein klar strukturiertes Musikstück mit einem deutlichen Grundschlag (Beat), Tempo: ca. 120-140 Schläge/Minute.

Rhythmische Bewegungen kombinieren (Niveau A) (pdf)

Rhythmische Bewegungen kombinieren (Niveau A): 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