

Schaukeln und Schwingen: Bewegungsabfolge am Barren (Niveau C)

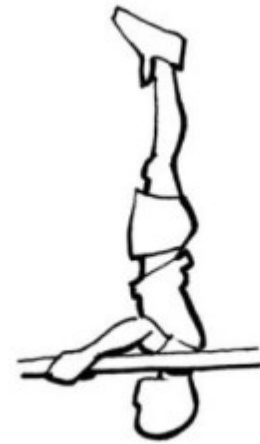
Die Schülerinnen und Schüler können am Barren eine komplexe Bewegungsabfolge kontrolliert und in guter Körperhaltung ausführen: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.

Die Schülerinnen und Schüler turnen eine Barrenübung mit mindestens drei Elementen, die die Lehrperson vorher begutachtet und als schwierig taxiert hat.

Um den Test zu bestehen, müssen sie die Barrenübung fließend und in guter Körperhaltung turnen.

[Schaukeln und Schwingen: Bewegungsabfolge am Barren \(Niveau C\)](#)
(pdf)

[Schaukeln und Schwingen: Bewegungsabfolge am Barren \(Niveau C\):
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