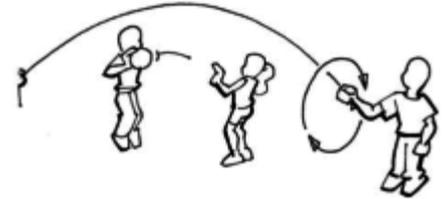


Koordination: Schwungseilspringen + (Niveau B)

Bei diesem Test spielen sich zwei Schüler im Schwungseil hüpfend einen Ball zu. Sie werfen sich Direkt- und Bodenpässe zu.

Zwei Schüler laufen mit einem Ball ins Schwungseil, im Seil passen sie sich den Ball vier Mal zu und führen anschliessend vier Bodenpässe aus.

Der Erfolg hängt einerseits vom Zusammenspiel der zwei Schüler zusammen, andererseits auch von der Gleichmässigkeit des Seilschwingens. Unter Umständen muss den Testpersonen ein weiterer Versuch zugestanden werden.



[Schwungseilspringen + \(Niveau B\)](#) (pdf)

[Schwungseilspringen + \(Niveau B\): 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.

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