Helfen und Sichern: Gerätebahn zu dritt (Niveau C)

Die Schülerinnen und Schüler können eine Person beim Turnen einer Folge schwieriger Bewegungsabläufe aktiv unterstützen und sichern: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.

Zwei Personen ermöglichen einer dritten Person durch geeignete Partnerhilfe eine Bewegungsfolge mit mindestens vier schwierigen Elementen fliessend zu turnen. Es ist darauf zu achten, dass alle etwa gleich gross/schwer sind.

Vorgegebene Bewegungselemente sind der Salto vorwärts und der Salto rückwärts mit Hochlaufen an der Sprossenwand. Die weiteren Elemente werden durch die Schülerinnen und Schüler bestimmt.

Helfen und Sichern: Gerätebahn zu dritt (Niveau C) (pdf)

Helfen und Sichern: Gerätebahn zu dritt (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