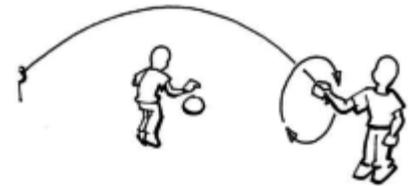


Koordination: Schwungseilspringen + (Niveau A)

Die Schülerinnen und Schüler führen bei diesem Test eine koordinativ anspruchsvolle Aufgaben aus. Sie springen im Schwungseil und machen Kunststücke mit dem Ball.

Eine Schülerin läuft mit einem Ball ins Schwungseil, wirft den Ball vier Mal auf und prellt ihn anschliessend vier Mal mit Fangen dazwischen.

Der Erfolg hängt auch von der Gleichmässigkeit des Seilschwingens ab. Unter Umständen muss den Testpersonen ein weiterer Versuch zugestanden werden.



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

[Schwungseilspringen + \(Niveau A\): 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