

Koordination: Double-Dutch (Niveau C)

Die Schülerinnen und Schüler zeigen bei diesem Test der Lehrperson mehrere koordinativ anspruchsvolle Elemente beim Hüpfen in zwei Schwungseilen vor.

Ein Schüler springt in zwei gegeneinander geschwungene Seile ein, springt einige Grundsprünge, dann zwei der vorgegebenen Sprung- oder Komplexformen je vier Mal und verlässt die Seile wieder.



[Double-Dutch \(Niveau C\)](#) (pdf)

[Double-Dutch \(Niveau C\): 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.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO