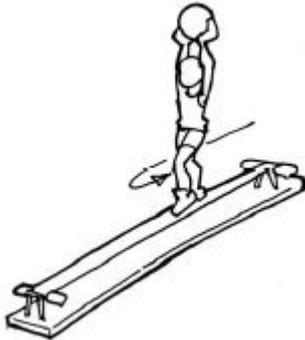


Gleichgewicht: Schmale Brücke (Niveau A)

Die Schülerinnen und Schüler können auf einem schmalen Gerät unter erschwerten Bedingungen balancieren: Das prüft die Lehrperson mit diesem Test.



Mit einem Basketball über dem Kopf haltend balancieren die Schülerinnen und Schüler über die schmale Langbankkante. In der Mitte erfolgt eine halbe Drehung auf den Fussspitzen. Anschliessend wird rückwärts bis zum Ende der Langbank gelaufen.

[Gleichgewicht: Schmale Brücke \(Niveau A\)](#) (pdf)

[Gleichgewicht: Schmale Brücke \(Niveau A\): 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.



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO