

Werfen – 10. bis 12. Schuljahr Berufsschule: Wurfball 200g (Niveau C)

Die Lehrperson prüft bei diesem Test die Koordination von Kraft und Technik, damit die Lernenden den 200-Gramm-Ball optimal weit werfen können.



Die Lernenden erfüllen drei der fünf grundlegenden Technikmerkmale «Werfen eines Wurfballes» und erreichen mit demwurfball die Leistung «sehr gut».

Die Lehrperson erklärt und demonstriert zu Beginn der Übungslektion die Technikmerkmale. Danach erfolgen individuelle Korrekturanweisungen, damit die Lernende beide Testanforderungen erfüllen können.

[Werfen: Wurfball 200g \(Niveau C\)\(pdf\)](#)

[Werfen: Wurfball 200g \(Niveau C\): 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