

# Werfen – 10. bis 12. Schuljahr Berufsschule: Speerwurf (Niveau A)

Die Lernenden werfen den 600-Gramm-Speer weiter als eine vorgegebene Minimaldistanz: Das prüft die Lehrperson bei diesem Test.



Die Lernenden müssen den Speer möglichst weit werfen. Dabei dürfen sie sowohl einen Standwurf machen als auch mit Anlauf werfen. Es gilt der Beste von drei Versuchen.

Die Lehrperson achtet dabei darauf, dass der Speer mit der vorderen Hälfte zuerst aufkommt und dass die Lernenden die Abwurflinie nicht übertreten.

[Werfen: Speerwurf \(Niveau A\)](#) (pdf)

[Werfen: Speerwurf \(Niveau A\): 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