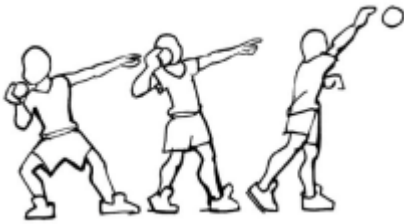


Wurf-/Stossleistung – 7. – 9. Schuljahr: Weit Kugelstossen (Niveaus ABC)

Die Lehrperson prüft und bewertet mit diesem Test die Fähigkeit, im Stossen einer Kugel mit leichtathletischen Bewegungen eine Leistung zu erbringen.



Aus Anlauf (z.B. Wechselschritt) stossen die Schülerinnen und Schüler die Kugel (Mädchen drei Kilogramm, Knaben vier Kilogramm) so weit als möglich und dürfen dabei den Wurfring nicht übertreten.

Sie haben drei Versuche zur Verfügung.

[Weit Kugelstossen \(Niveaus ABC\)](#) (pdf)

[Weit Kugelstossen \(Niveaus ABC\): 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