

# Werfen/Stossen – 7. – 9. Schuljahr: Handballwurf (Niveaus ABC)

Die Schüler führen bei diesem Test einen Wurf mit dem Handball aus einem 5-Schritt-Anlauf an die Wand aus, wobei der Ball über eine Ziellinie und zwischen zwei Malstäbe zurückfliegen muss.



Einarmiger Wurf mit dem Handball aus 5-Schritt-Anlauf gegen die Wand. Der Startort kann beliebig gewählt werden. Der Ball muss in einem Raum von drei Metern Breite über die Ziellinie zurückfliegen, die für Schülerinnen sechs Meter und für Schüler neun Meter von der Wand entfernt ist.

Mit dem gestreckten Arm in Rückhalte beginnen. Je ein Wurf rechts und links nacheinander.

[Handballwurf \(Niveaus ABC\)](#) (pdf)

[Handballwurf \(Niveaus ABC\): 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**