

Werfen – 10. bis 12. Schuljahr Berufsschule: Kugelstossen (Niveau B)

Bei diesem Test können die Lernenden eine technische Anweisung der Lehrperson umsetzen und so die persönliche Stossleistung um mindestens zehn Prozent verbessern.



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

Die Lernenden stossen die Kugel so weit wie möglich, wobei sie während des Versuches den Stosskreis nicht verlassen und den Wurfbalken nicht übertreten dürfen. Es gilt der Beste von drei Wertungsversuchen.

[Werfen: Kugelstossen \(Niveau B\)](#) (pdf)

[Werfen: Kugelstossen \(Niveau B\): 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