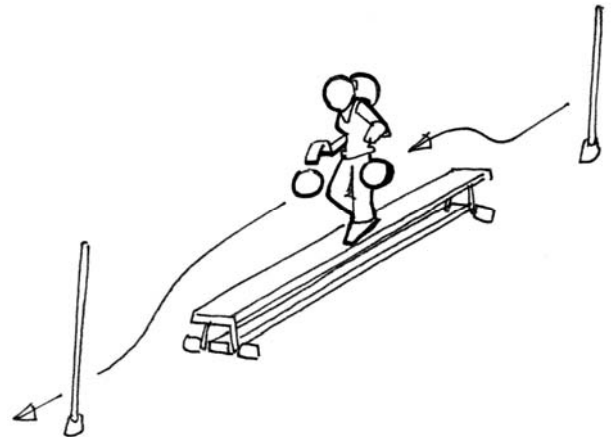




Stufe	7. - 9. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Koordination
Kompetenz	Anspruchsvolle Bewegungen koordinieren können
Niveau A	Ich kann eine koordinativ anspruchsvolle Aufgabe ausführen.



## Balancierend 2 Bälle prellen (A)

<b>Aufgabe und Durchführung</b>	Während der ganzen Testübung müssen 2 gleiche Bälle geprellt werden: Stand vor der Stirnseite der Langbank, 2-3 Schritte, Langbank besteigen, diese längs überqueren, am anderen Ende wieder hinuntersteigen, 2-3 Schritte ausführen, im Stand beide Bälle fangen. Die Schüler/-innen haben 2 Versuche.	
<b>Bewertung/Anforderung</b>	Der Test ist erfüllt, wenn in einem der 2 Versuche die 2 gleichen Bälle vom Start vor der Langbank, über die Langbank und bis 3 Schritte nach der Langbank ohne Unterbruch geprellt und zum Abschluss gefangen werden und die folgenden Beobachtungspunkte erfüllt sind.	
<b>Beobachtungspunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortlaufendes Prellen von 2 gleichen Bällen</li> <li>• Kein Ballverlust</li> <li>• Start beim Pfosten, prellend die Langbank überqueren und bis nach dem Pfosten prellen</li> <li>• Die Bälle werden gefangen</li> </ul>	
<b>Anweisung für die Schüler/-innen</b>	«Du hast 2 Versuche zur Demonstration des Prellens mit 2 Bällen über die Langbank. Du startest beim Pfosten mit Prellen (abwechselnd oder gleichzeitig), besteigst prellend die Langbank, überquerst sie, prellst bis nach dem Pfosten und fängst beide Bälle.»	
<b>Aufbau</b>	1 Malstab zur Markierung des Starts an der einen Stirnseite der Langbank platzieren, der zweite Malstab wird als Ziel an der gegenüberliegenden Stirnseite platziert.	
<b>Material</b>	1 Langbank, 2 Malstäbe, 2 Basket-, Hand- und Volleybälle (zur Auswahl)	
<b>Quelle</b>	Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). <i>Lehrmittel Sporterziehung Band 5, 6.-9. Schuljahr</i> . Bern: EDMZ. Bro 3, S. 5.	
<b>Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte</b>	Zeit	ca. 2 Min. für 1 Schüler/-in
	Organisation	Im Rahmen von Postenarbeit (einer von mehreren Posten ist diese Testübung) oder z.B. Übungsphasen in Lernpartnerschaften. Die Aufgaben sollten v.a. koordinativ und nicht konditionell anspruchsvoll sein.
	Testpersonen	1 Schüler/-in
	Probleme	-