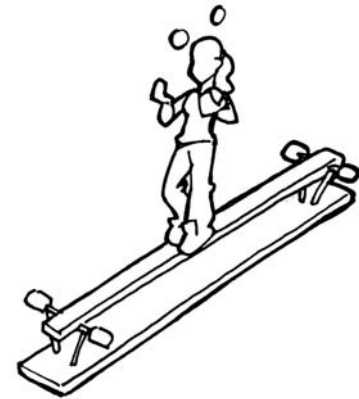




Stufe	7. - 9. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Koordination
Kompetenz	Anspruchsvolle Bewegungen koordinieren können
Niveau B	Ich kann eine koordinativ anspruchsvolle Aufgabe unter erschwerten Bedingungen ausführen.



Jonglage mit 3 Bällen (B)

Aufgabe und Durchführung	Auf der Langbankschmalseite stehend wird mit dem Jonglieren von 3 Bällen begonnen. Die Bälle müssen mind. 20x jongliert werden. Die/der Schüler/-in hat 3 Versuche.	
Bewertung/ Anforderung	Der Test ist erfüllt, wenn im besten der drei Versuche ohne Unterbruch mind. 20x auf der Langbankschmalseite jongliert wird und die untenstehenden Punkte erfüllt sind.	
Beobachtungspunkte	<ul style="list-style-type: none"> • Fortlaufendes Wechseln der Bälle von rechts nach links und umgekehrt. • Es findet kein Unterbruch statt. • Die Langbankschmalseite wird nie verlassen. • Es wird 20x geworfen und gefangen. 	
Anweisung für die Schüler/-innen	«Du hast 3 Versuche zur Demonstration des Jonglierens mit 3 Bällen auf der Langbankschmalseite. Die Testübung ist bestanden, wenn du während dem Balancieren immer jonglierst, die Langbankkante nie verlässt, das Jonglieren nie unterbrichst und mind. 20x ohne Fehler jonglierst.»	
Aufbau	Auswahl des Vorzeigeorts an einem bezüglich der anderen Aktivitäten passenden Ort, kann auch vor der Sporthalle oder im Geräteraum sein.	
Material	3 Jonglierbälle, 1 Langbank	
Quelle	Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). <i>Lehrmittel Sporterziehung Band 5, 6.-9. Schuljahr</i> . Bern: EDMZ. Bro 5, S. 57. Reimann, E., Baumberger, J. & Müller, U. (2005). <i>Sportheft Sekundarstufe 1</i> . Horgen: bm-sportverlag.ch. S. 22.	
Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte	Zeit	ca. 2 Min. pro Schüler/-in
	Organisation	Im Rahmen von Postenarbeit (einer von mehreren Posten ist diese Testübung) oder z.B. Übungsphasen in Lernpartnerschaften. 2 Schüler/ -innen sind immer beim Testposten. Die Aufgaben sollten vor allem koordinativ und nicht konditionell anspruchsvoll sein.
	Testpersonen	1 Schüler/-in
	Probleme	-