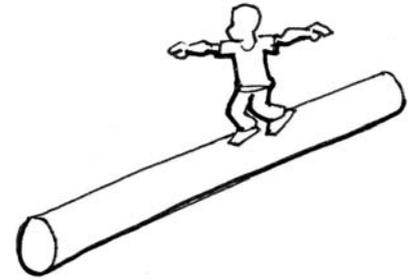




Stufe	Vorschule
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Balancieren
Kompetenz	Auf verschiedenen Geräten balancieren können
Niveau A	Ich kann auf stabilen Geräten vielseitig balancieren.



Baumstamm queren

Aufgabe und Durchführung

Das Kind balanciert auf einem liegenden Baumstamm. Es überquert ihn seitwärts, vorwärts und rückwärts.

Bewertung/ Anforderung

Die mit einem Stern * versehenen Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist. Verliert das Kind das Gleichgewicht und berührt den Boden, beginnt es wieder von vorne. Jedes Kind hat 5 Min. Zeit, um die Aufgaben zu erfüllen. Wenn das Kind nach dieser Zeit motiviert ist weiter zu üben, so soll dies möglich sein.

Beobachtungspunkte



Das Kind...

- ...schafft pro Fortbewegungsart mind. 1 Länge.*
- ...stellt beim vorwärts gehen einen Fuss vor den anderen.*
- ...hat eine aufrechte Körperhaltung.
- ...hat die Knie leicht gebeugt.
- ...hält die Arme zur Unterstützung seitlich ausgestreckt.



- ...versucht die Langbank möglichst schnell zu passieren, um das Gleichgewicht nicht zu verlieren.
- ...bewegt sich sehr langsam und wirkt ängstlich.

Anweisung für die Kinder

Lehrerdemonstration sinnvoll

«Bei dieser Aufgabe versuchst du wie ein Seiltänzer über den Baumstamm zu balancieren, ohne den Boden zu berühren. Strecke deine Arme seitlich aus und gehe leicht in die Knie, so ist die Aufgabe leichter zu bewältigen. Solltest du das Gleichgewicht verlieren, beginnst du einfach noch einmal von vorne. Versuche den Baumstamm zuerst seitwärts zu überqueren. Wenn du das geschafft hast, dann kannst du es vorwärts und rückwärts versuchen!»

Aufbau

1 Baumstamm

Material

1 liegender Baumstamm, der mind. 30 cm breit und mind. 2m lang ist.

Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). Lehrmittel Sporterziehung Band 2. Bern: EDMZ. Bro 3, S. 12.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	5 Min., zwei Kinder können nacheinander balancieren
Organisation	Alle Kinder gehen in der gleichen Richtung über den Baum. Das zweite Kind startet, sobald, das erste die Mitte überquert hat. Diese Testaufgabe soll neben vielen anderen Tätigkeiten angeboten werden. Dadurch soll das Vorturnen und somit ein Blossstellen, verhindert werden.
Testpersonen	2-4 Kinder Baum (je nach Länge des Baumes)
Probleme	Die Kinder sollen einander nicht hetzen.