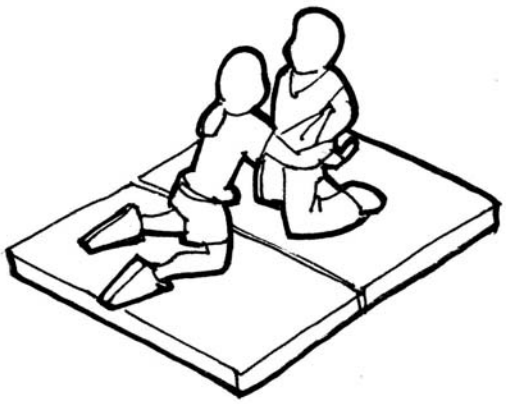
Testblatt
L_C4_9.SJ_B_T1

qims.ch
Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht

Stufe	7. - 9. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Kämpfen
Kompetenz	Spielerisches und kultiviertes Kämpfen unter Einhaltung der vereinbarten Regeln und Ritualen durchführen können
Niveau B	Ich führe Bodenkämpfe regelkonform durch.



Kämpfen (B)

Aufgabe und Durchführung

Die Spielregeln beim Kämpfen lückenlos aufzählen und beim Bodenkampf „Ringkampf aus dem Kniestand“ einhalten können.

Ringkampf aus dem Kniestand:
2 Jugendliche knien auf einem Mattenfeld. Beide versuchen sich durch Ziehen an den Armen, Umklammern und Festhalten eines Beines auf den Boden zu legen und die Schultern auf die Matte zu drücken. Wem das gelingt, hat einen Teilkampf gewonnen. Best of three. Wer sich ergeben will, klopft mit einer Hand auf die Matte.

Bewertung/ Anforderung

Damit der Test als erfüllt bewertet wird, müssen folgende Punkte erfüllt sein:
Die Spielregeln müssen lückenlos aufgezählt werden. Ein klarer Anfang und ein klares Ende sind durch ein entsprechendes Ritual sichtbar, die Regeln werden beim Spiel eingehalten.

Beobachtungspunkte

Spielregeln beim Kämpfen:
- Klarer Anfang und klares Ende durch entsprechende Rituale
- Keine Schläge
- Kein Reissen an den Haaren
- Kein Kneifen, Kratzen, Beissen und Würgen
- Kein „Hebel“ und Verdrehen der Extremitäten
- Nicht ins Gesicht greifen

Regeln beim „Ringkampf“:
- Alle Spielregeln beim Kämpfen
- Aufgabe des Gegners sofort respektieren

Anweisung für die Schüler/-innen

«Zähle die Spielregeln beim Kämpfen lückenlos auf, wähle einen Partner aus und führe gegen ihn den Bodenkampf „Ringkampf aus dem Kniestand“ durch. Dabei ist es wichtig, dass beide sich an die Regeln halten.»

Aufbau

6 Mattenfelder à 2 Matten in einer Hallenhälfte aufstellen

Material

12 Matten

Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 4, 4.-6. Schuljahr.* Bern: EDMZ. Bro 3, S. 23.
Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 5, 6.-9. Schuljahr.* Bern: EDMZ. Bro 3, S. 22.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	2 min für die mündliche Aufzählung der Regeln, Kampf beobachten ca. 2 min
Organisation	6 Paare sind am Kämpfen, die Lehrperson prüft Paar um Paar. In der andern Hallenhälfte wird gespielt.
Testpersonen	2 Schüler/-innen
Probleme	-

© Schweizerische Eidgenossenschaft, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen