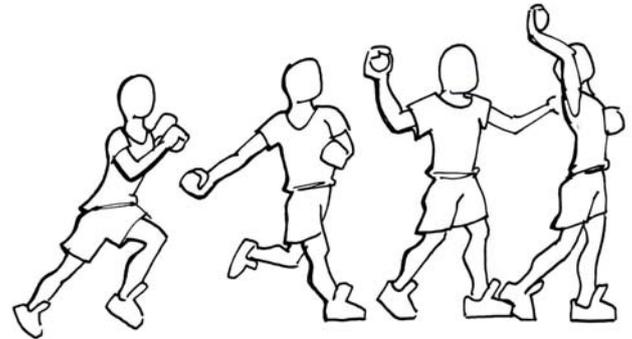




Stufe	7. - 9. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Wurf-/Stossleistung
Kompetenz	Im Werfen mit leichtathletischen Bewegungen eine Leistung erbringen
Niveau A	Ich erreiche im Werfen mit leichtathletischen Bewegungen eine genügende Leistung.
Niveau B	Ich erreiche im Werfen mit leichtathletischen Bewegungen eine gute Leistung.
Niveau C	Ich erreiche im Werfen mit leichtathletischen Bewegungen eine sehr gute Leistung.



Ballweitwurf 200g

Aufgabe und Durchführung

Aus Anlauf wird der Ball so weit als möglich geworfen, dabei darf die Abwurflinie nicht übertreten werden. 3 Versuche.

Bewertung/ Anforderung

Der Test ist erfüllt, wenn in einem der 3 Würfe eine Weite innerhalb der Niveauanforderung erreicht wird, ohne zu übertreten.

	Niveau A:	Niveau B:	Niveau C:
Mädchen:	≥ 18m	≥ 28m	≥ 38m
Knaben:	≥ 30m	≥ 40m	≥ 50m

Beobachtungspunkte

-

Anweisung für die Schüler/-innen

«Bei dieser Aufgabe geht es um einen möglichst weiten Ballwurf. Mit Anlauf werft ihr den Ball so weit als möglich, ohne dabei die Abwurflinie zu übertreten. Der weiteste Wurf eurer 3 Versuche zählt.»

Aufbau

Deutliche Abwurflinie, grosser Rasen oder Trockenplatz (mind. 60m lang)

Material

Massband, mind. 3 Markiernägel, 200g Bälle

Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 5, 6.-9. Schuljahr*. Bern: EDMZ. Bro 4, S. 23-24.
Reimann, E., Baumberger, J. & Müller, U. (2004). *Unterrichtshilfen zu Planen – Durchführen - Auswerten. Lehrbeilagen zum Lehrmittel Sporterziehung Band 5*. Horgen: bm-sportverlag.ch. S. 38.
Reimann, E., Baumberger, J. & Müller, U. (2005). *Sportheft Sekundarstufe 1*. Horgen: bm-sportverlag.ch. S. 19.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 15 Min. für ca. 8 Schüler/-innen
Organisation	Klasse aufgeteilt in 3 Gruppen: 2 Gruppen führen selbständig eine Aufgabe aus. 1 Gruppe ist beim Ballwurf. In der vereinbarten Reihenfolge werfen die Schüler/-innen. Jede Schüler/-in wirft 3x hintereinander. Anschliessend übernimmt er/sie die Rolle der Ballsammler/in. Die Hilfsperson steckt die Markiernägel an der Landestelle der Bälle ein. Die 0 des Massbands ist bei der Abwurflinie. Die Hilfsperson liest die Weite beim weitest entfernten Markiernagel ab.
Testpersonen	1 Testperson, 1-2 Hilfspersonen für die Messung der Wurfweite
Probleme	-