Testblatt
L_B1_6.SJ_C_T1

qims.ch
Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht

Stufe	4. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Rhythmisch bewegen
Kompetenz	Sich rhythmisch bewegen
Niveau C	Ich kann mich mit einer Partnerin/ einem Partner rhythmisch und variantenreich bewegen.

Rhythmische Bewegungsfolge (C)

Aufgabe und Durchführung

8 Hüpfmuster (8x8 Metrumsschläge) werden mit Partnerbezug ergänzt und passend auf die 8er-Bogen der Musik 2x wiederholt. Jedes Paar hat 2 Versuche:

- Beidbeiniges Hüpfen
- Abwechselnd zweimal auf dem linken und rechten Fuss hüpfen
- Grätschhüpfen seitwärts
- Kickhüpfen (li Fuss kickt schräg li vorwärts, dabei auf dem re Fuss hüpfen usw.)

Bewertung/ Anforderung

Test erfüllt: Bei zwei Versuchen müssen mindestens einmal zwei Durchgänge (8x8 Schläge) ohne Fehler absolviert werden. Dabei müssen alle unten stehenden Beobachtungspunkte erfüllt sein.

Beobachtungspunkte

- Die/der Schüler/-in Schüler hüpft korrekt auf jeden Grundschlag (Beat).
- Jeweils auf 1 des 8er-Bogens wird das neue Hüpfmuster begonnen.
- Alle 8 Hüpfmuster auf 8x8 Schläge werden 2-mal ohne Fehler ausgeführt.
- Die Bewegungen der beiden Partner sind aufeinander abgestimmt.

Anweisung für die Schüler/-innen

«Bei diesem Test geht es darum, die Hüpfmuster auf die Musik und die Partnerin/den Partner abzustimmen. Ihr habt 2 Versuche, die vorbereitete Hüpffolge fehlerlos zu präsentieren. Konzentriert euch auf den ersten Schlag und den Wechsel zur neuen Bewegung.»

Aufbau

Für diesen Test wird für jede Testgruppe ein Teil der Halle benötigt

Material

Klar strukturiertes Musikstück mit einem deutlichen Grundschlag (Beat), Tempo: 120–130 Schläge/Min. (Hüpfmusik), Musikanlage

Quelle

Baumberger, J. & Müller, U. (2008). Begleitmusik zum Lehrmittel Sporterziehung. Horgen: bm-sportverlag.ch.
Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (2005). Lehrmittel Sporterziehung Band 4. Bern: EDMZ. Bro 2.
Baumberger, J. & Müller, U. (20073). Sportheft 4.-6. Klasse. Horgen: bm-sportverlag.ch.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 3 Min. für ein Paar
Organisation	Im Rahmen einer Postenarbeit oder selbständiger Gruppenarbeiten (z.B. Erarbeitung eines Tanzes in Gruppen). Das getestete Paar muss die Musik ohne störende Nebengeräusche hören können.
Testpersonen	Pro Anlage 2 Personen
Probleme	Übereinstimmung von Musik und Bewegung muss zutreffen.

© Schweizerische Eidgenossenschaft, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen