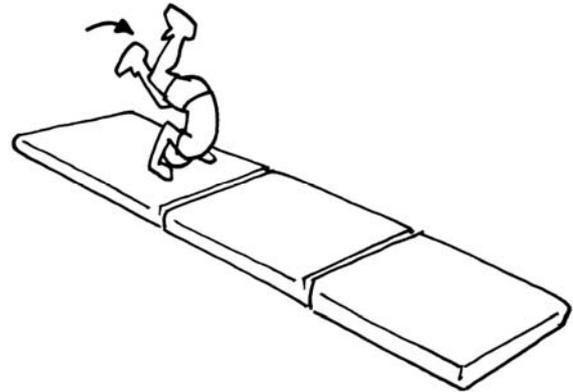




Stufe	1. - 2. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Drehen
Kompetenz	Vielseitige Rotationen ausführen können
Niveau A	Ich kann einfache Rotationen ausführen.



Rolle vorwärts

Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler zeigt eine korrekte Rolle vorwärts vor.

Bewertung/ Anforderung

Der Test ist erfüllt, wenn der Schüler/die Schülerin eine Rolle vorwärts mit den unten erwähnten Beobachtungspunkten vorzeigen kann. Die Schülerin/der Schüler hat 2 Versuche.

Beobachtungspunkte



- Die Hände werden parallel aufgesetzt.
- Die Schülerin/der Schüler zieht den Kopf ein und schaut die Beine an.
- Die Schülerin/der Schüler rollt über den Nacken-Rücken rund ab.
- Die Schülerin/der Schüler steht ohne Hilfe der Hände auf.



- Das Abrollen erfolgt über den Kopf und nicht über den Nacken.
- Die Schülerin/der Schüler macht X-Beine beim Aufstehen.

Anweisung für die Schüler/-innen

«Bei dieser Aufgabe zeigst du eine Rolle vorwärts vor. Versuche dabei vor dem Einrollen für einen kurzen Moment deine Beine zu strecken, nicht über den Kopf abzurollen und ohne Hilfe der Hände aufzustehen. Du hast 2 Versuche.»

Aufbau

Eine Mattenbahn mit 3 dünnen Matten auslegen

Material

3 dünne Matten

Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 3, 1.-4. Schuljahr*. Bern: EDMZ. Bro 3, S. 18
Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 3, 1.-4. Schuljahr*. Bern: EDMZ. Lehrbeilage, S. 31.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 30 Sek. pro Schülerin bzw. Schüler
Organisation	-
Testpersonen	Pro Anlage 1 Testperson
Probleme	-