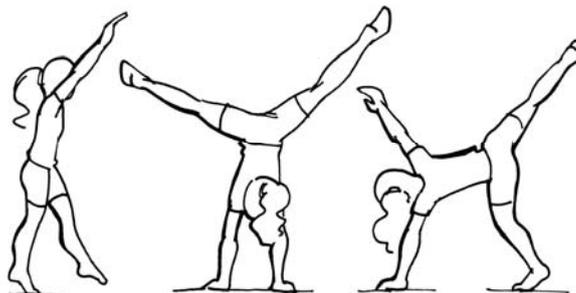




Stufe	1. - 2. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Drehen
Kompetenz	Vielseitige Rotationen ausführen können
Niveau C	Ich kann schwierige Rotationen korrekt ausführen.



## Rad

### Aufgabe und Durchführung

Die Schülerin/der Schüler schlägt ein Rad mit korrekter Abfolge der Hände und Füsse in einer 30 cm breiten Zone (Badmintonfelder).

### Bewertung/ Anforderung

Der Test ist erfüllt, wenn die Schülerin/der Schüler alle Beobachtungspunkte erfüllt hat. Die Schülerin/der Schüler hat 2 Versuche.

### Beobachtungspunkte

- Eine richtige Abfolge findet statt (Rad nach links: li Fuss – li Hand – re Hand – re Fuss / Rad nach rechts: re Fuss – re Hand – li Hand – li Fuss).
- Die Arme und Beine bilden die Speichen eines Rades und sind gestreckt.
- Das Rad wird in einer schmalen Zone ausgeführt.

### Anweisung für die Schüler/-innen

«Bei dieser Aufgabe zeigst du ein schönes Rad vor. Versuche deine Beine und Arme gut zu strecken und mit den Händen und Füßen auf einer Linie zu bleiben. Du hast 2 Versuche.»

### Aufbau

1 Mattenbahn aus 3 dünnen Matten auslegen. Mit Kreide wird eine Linie auf die Matten gezeichnet. Das Rad kann aber auch auf einer Linie auf dem Hallenboden vorgezeigt werden.

### Material

3 dünne Matten, Kreide

### Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 3, 1.-4. Schuljahr*. Bern: EDMZ. Bro 3, S. 22.  
Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (1997). *Lehrmittel Sporterziehung Band 3, 1.-4. Schuljahr*. Bern: EDMZ. Lehrbeilage, S. 33.

### Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 30 Sekunden pro Schülerin bzw. Schüler
Organisation	1 Anlage
Testpersonen	Pro Anlage 1 Testperson
Probleme	Das Rad wird nur in einer Grobform ausgeführt: keine Streckung der Arme und Beine, nicht auf einer Linie