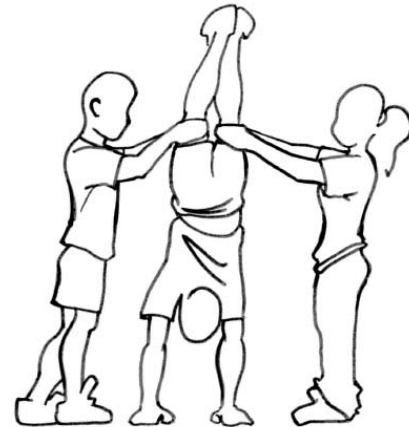




Stufe	6. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Helfen und Sichern
Kompetenz	Bei Bewegungsaufgaben unterstützend helfen und sichern
Niveau B	Ich kann die Partnerin/den Partner beim Turnen schwieriger Bewegungsabläufe aktiv unterstützen und sichern.



## Partnerhilfe beim Handstand-Abrollen (B)

### Aufgabe und Durchführung

2 Personen helfen der turnenden Person mit dem Klammergriff am Oberschenkel beim Handstand-Abrollen. Der Turner/die Turnerin schwingt in den Handstand auf, rollt mit Hilfe der beiden Partner/-innen über den Nacken ab und beendet die Übung im Stand. Wiederholung der Übung mit gleicher Rollenverteilung. Jede Person turnt 2x und hilft 4x.

### Bewertung/ Anforderung

Alle Beobachtungspunkte müssen erfüllt sein

### Beobachtungspunkte

- Frühzeitiges Fassen des Oberschenkels mit beiden Händen (Handinnenseiten gegeneinander, Daumen abgespreizt, «einen Pfahl ausreissen»)
- Hochführen der Beine in den Handstand
- Begleitung der Bewegung mit den Händen beim Abrollen

### Anweisung für die Schüler/-innen

«Bei diesem Test wird überprüft, ob ihr einem Kollegen/einer Kollegin beim Handstand-Abrollen sicher helfen könnt. Fasst den Oberschenkel beim Hochschwingen der Beine mit dem Klammergriff. Übernehmt einen beträchtlichen Anteil des Körpergewichts der turnenden Person und begleitet den Bewegungsablauf ohne Unterbrechung durch den Handstand. Lasst die Oberschenkel der turnenden Person los, wenn der Rücken das Körpergewicht übernehmen kann.»

### Aufbau

Pro 3er-Gruppe werden 2 Matten hintereinander ausgelegt

### Material

Matten

### Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (2005). Lehrmittel Sporterziehung Band 4. Bern: EDMZ. Bro 3.  
Baumberger, J., Müller, U. & Nuttli, P. (2004). Lehrbeilagen zum Lehrmittel Sporterziehung, Band 3, S. 34. Horgen: bm-sportverlag.ch.

### Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	ca. 2 Min. für 3 Schüler/-innen
Organisation	3er-Gruppen mit 2 Matten
Testpersonen	3 Schüler/-innen können gleichzeitig beurteilt werden
Probleme	-