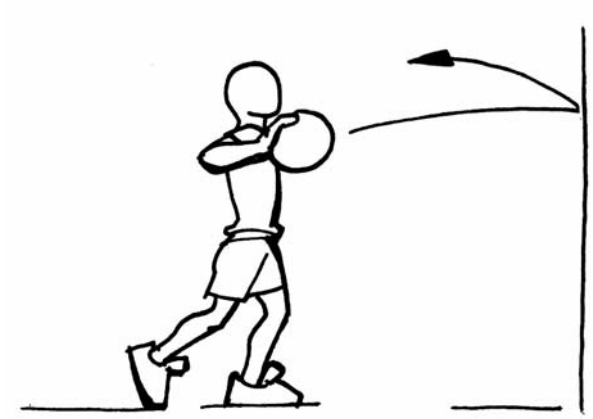
Testblatt
L_D3_6.SJ_A_T3

qims.ch
Qualität im Sport- und Bewegungsunterricht

Stufe	5./ 6. Schuljahr
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Werfen
Kompetenz	Wurfbewegungen vielfältig einsetzen
Niveau A	Ich kann mit der linken und rechten Hand werfen und stossen.



Basketball stossen (A)

Aufgabe und Durchführung

Die Schüler/-innen stossen den Basketball fortlaufend und rhythmisch beidarmig von der Brust gegen die Wand. Der Stoss erfolgt in der Ausfallschrittstellung, wobei abwechslungsweise das linke und rechte Bein vorgestellt ist. Dazwischen wird der Ball stets in der Grätschstellung gefangen.

Bewertung/ Anforderung

Die folgenden Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist.

Beobachtungspunkte

+
- Beidarmiger Stoss
- Fortlaufender, rhythmischer Bewegungsablauf
- Beim Abstoss 10-mal linkes und 10-mal rechtes Bein vorne
- Grätschstellung beim Fangen des Balles
- Ball wird 20-mal gefangen

–
- Der Ball wird fallen gelassen
- Rhythmusfehler

Anweisung für die Schüler/-innen

«Stosst den Ball 20-mal aus der Ausfallschrittstellung an die Wand und fangt den Abpraller in der Grätschstellung. Achtet beim Abwurf darauf, dass abwechslungsweise das linke und rechte Bein vorne ist. Führt die Stösse fortlaufend und rhythmisch aus. Zählt laut die Anzahl.»

Aufbau

-

Material

Basketbälle

Quelle

Eidgenössische Sportkommission (Hrsg.). (2005). Lehrmittel Sporterziehung Band 4. Bern: EDMZ. Bro. 4.
Baumberger, J. & Müller, U. (2009). Unterrichtshilfen zum Planen – Durchführen – Auswerten. Lehrerbeilage zum Lehrmittel Sporterziehung. Band 4. Horgen: bm-sportverlag.ch.
Baumberger, J. & Müller, U. (2007). Sportheft 4.-6. Klasse. Horgen: bm-sportverlag.ch.

Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte

Zeit	1 Min. pro Schüler/-in
Organisation	Die Testperson zählt laut die Anzahl Würfe
Testpersonen	1 Schüler/-in
Probleme	-

© Schweizerische Eidgenossenschaft, Bundesamt für Sport BASPO, 2532 Magglingen