



Stufe	10. - 12. Schuljahr Gymnasium
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Spieltechnik: Sportspiele
Kompetenz	Spieltechnik der grossen Sportspiele vorzeigen können
Niveau A	Ich kann technische Grundelemente in einfachen Testformen vorzeigen.
Niveau B	Ich kann technische Grundelemente in anspruchsvollen Testformen vorzeigen.
Niveau C	Ich beherrsche technische Grundelemente und kann diese in sehr anspruchsvollen Testformen vorzeigen.

## Ballführen im Basket-, Hand-, Fussball und Unihockey

**Aufgabe und Durchführung** Der Dribbling-Parcours (siehe Anhang) wird so schnell wie möglich durchlaufen. Jede/-r Lernende hat 2 Versuche pro Sportart.

**Bewertung/ Anforderung** Der Test ist erfüllt, wenn in einem der 2 Versuche eine Laufzeit entsprechend der Niveauanforderung erreicht wird.

	Basket- und Handball	Fussball	Unihockey
<i>Niveau A:</i>	Damen: ≤ 26 Sek. Herren: ≤ 24 Sek.	Damen: ≤ 46 Sek. Herren: ≤ 34 Sek.	Damen: ≤ 35 Sek. Herren: ≤ 30 Sek.
<i>Niveau B:</i>	Damen: ≤ 24 Sek. Herren: ≤ 22 Sek.	Damen: ≤ 39 Sek. Herren: ≤ 30 Sek.	Damen: ≤ 30 Sek. Herren: ≤ 26 Sek.
<i>Niveau C:</i>	Damen: ≤ 22 Sek. Herren: ≤ 20 Sek.	Damen: ≤ 32 Sek. Herren: ≤ 26 Sek.	Damen: ≤ 25 Sek. Herren: ≤ 23 Sek.

**Beobachtungspunkte**

- korrekte Ausführung, wie sie in der Parcoursbeschreibung verlangt wird
- Umwerfen eines Malstabes gibt 3 Sek. Zeitzuschlag.
- Beidhändiges Blockieren des Balles gibt 3 Sek. Zeitzuschlag.

**Anweisung für die Lernenden**

*Lehrerdemonstration sinnvoll*

«Versuche den Parcours so schnell wie möglich korrekt zu absolvieren. Du darfst den Ball nie mit beiden Händen blockieren und auch keinen Malstab umwerfen, ansonsten gibt es 3 Sek. Zeitzuschlag. Du hast dazu 2 Versuche.»

**Aufbau** Der Parcours wird in einer Hallenhälfte aufgestellt und durchgeführt.

**Material** 2 Reifen, 13 Malstäbe, 1 Langbank, 2 Kastenoberteile, 2 Schläuche, 1 Stoppuhr

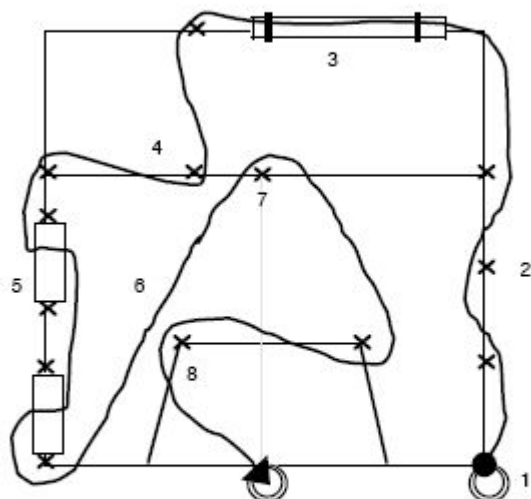
**Quelle** Nicole Ramseier Franzelli, Pete Moor. Gymnasium Seeland Biel. Januar 2006

**Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte**

Zeit	ca. 1 Min. pro Lernendem pro Durchgang
Organisation	1 Testgruppe von 4 bis 6 bis 8 Testpersonen wird abwechselnd in 2 Versuchen im Parcours geprüft, 2 weitere Gruppen spielen in der anderen Hallenhälfte, wobei die Auswechselspieler das Spiel leiten.
Testpersonen	Eine Gruppe von 6-8 Testpersonen wird geprüft.
Probleme	-

## Dribbling-Parcours: Ballführen

**Spiele** Basketball, Handball



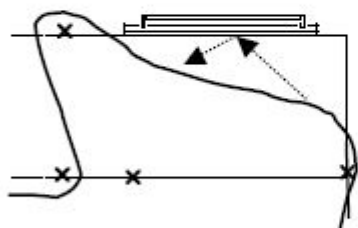
### Material

- 1/2 Volleyballfeld
- 2 Reifen
- 13 Malstäbe
- 1 Langbank
- 2 Kastenoberteile

- Ablauf**
- 1 Stand in Reif, Start
  - 2 Dribbling um 3 Malstäbe von rechts
  - 3 Dribbling über Langbank, Lauf und Prellen auf Langbank, nach 50 cm Schlauch, vor Schlauch mind. 1x prellen. Dito vor Ende der Langbank, nach Schlauch mind. 1x prellen
  - 4 Dribbling um 3 Malstäbe
  - 5 Slalom-Dribbling und Sprünge über Kastenoberteile, es ist erlaubt auf Kastenoberteilen zu prellen
  - 6 Prellen um Malstab
  - 7 Nach Malstab 1/2 Drehung, prellen rückwärts um 2 Malstäbe
  - 8 1/2 Drehung, Ball in Reif legen, Ziel

**Spiele** Fussball, Unihockey

- Ablauf**
- 3 Langbank mit Stirnseite gegen innen aufstellen, Doppelpass
  - 5 Ball über Kastenoberteil heben



- Fehler**
- Umwerfen eines Malstabes
  - Beidhändiges Blockieren des Balles
- Zeitzuschlag pro Fehler = 3 Sekunden!**