

## Rotation L4

**Stufe:**  
Level 4, 9. Klasse

**Bewegungskulturbereich:**  
Sport

**Kompetenz:**  
Die Bewegungsform Drehen an verschiedenen Geräten ausführen können.



### Aufgabe

2 der 3 Elemente zur Bewegungsform "Drehen" werden gemäss den untenstehenden Beobachtungskriterien vorgezeigt. Zur Auswahl stehen "Sprungrolle", "Handstand abrollen" und "Felge rückwärts".

### Anweisung für die SchülerInnen

"Wähle 2 der 3 Übungen aus und zeige diese korrekt vor." Übungen vorzeigen und Kriterien nennen.

### Beobachtungskriterien

**Sprungrolle:**

- Der Absprung erfolgt beidbeinig.
- Während der Flugphase sind die Knie gestreckt.
- Der Schüler rollt in Päckchenstellung über Hände-Schulter-Rücken ab.

**Handstand abrollen:**

- Der Schüler zeigt einen gestreckten Handstand (Partnerhilfe oder an der Wand hochkrabbeln mit dem Bauch zur Wand ist erlaubt).
- Der Schüler rollt sanft in Päckchenstellung über die Schultern und den Rücken ab.
- Der Schüler kommt ohne Einsatz der Hände in eine aufrechte Standposition.

**Felge rückwärts:**

- Der Start erfolgt in hängender Position mit einem Fuss auf dem niederen Holm und dem anderen Bein gestreckt über dem niederen Holm.
- Der Schüler macht eine Felge rückwärts.
- Nach der Felge steht der Schüler mit beiden Füßen am Boden.

### Bewertung

Die Standortbestimmung gilt als bestanden, wenn bei den beiden ausgewählten Elementen alle drei Beobachtungskriterien erfüllt sind.

### Durchführung

Ca. 2 bis 3 Minuten pro Schüler

Alle Schüler, die das erste Element vorzeigen möchten, kommen zu der entsprechenden Anlage. Sobald alle die Übung vorgezeigt haben, kommt das nächste Gerät an die Reihe. Die Schüler, die nicht bei der Standortbestimmung sind, werden in der Action-Zone beschäftigt. Am Anfang muss für die Bewegungsform "Handstand abrollen" mit allen Schülern die Partnerhilfe eingeführt werden: Die 2 Helfer, die auf beiden Seiten der Testperson positioniert sind, strecken je einen Arm aus als Bremse für deren Schwung. Danach fassen sie sofort mit der freien Hand am Unterschenkel nach.

### Aufbau und Material

Alle Anlagen werden in einer Hallenhälfte aufgebaut, sodass noch genügend Platz für die Action-Zone bleibt.

- dünne Matten
- Stufenbarren

## Bewertungsbogen zu "Rotation L4"

		Name																							
Sprungrolle																									
Handstand abrollen																									
Felge rückwärts																									
Erfüllt	ja																								
	nein																								

**Notizen der Lehrperson:**

**Organisationshilfen:**

Alle Schüler, die das erste Element vorzeigen möchten, kommen zu der entsprechenden Anlage. Sobald alle die Übung vorgezeigt haben, kommt das nächste Gerät an die Reihe. Die Schüler, die nicht bei der Standortbestimmung sind, werden in der Action-Zone beschäftigt. Am Anfang muss für die Bewegungsform "Handstand abrollen" mit allen Schülern die Partnerhilfe eingeführt werden: Die 2 Helfer, die auf beiden Seiten der Testperson positioniert sind, strecken je einen Arm aus als Bremse für deren Schwung. Danach fassen sie sofort mit der freien Hand am Unterschenkel nach.

