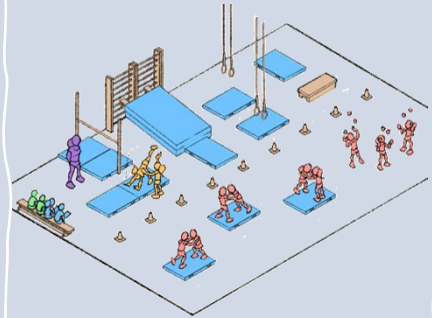


Alles dreht sich!

In selbst gewählten Zweiergruppen entwickeln die Schülerinnen und Schüler (SuS) eine Übungsfolge, die für jedes Kind aus einer vorgegebenen und fünf frei gewählten Drehungen besteht. Diese wählen sie aus einem von der Lehrperson bereitgestellten Katalog von Drehbewegungen aus und führen sie an verschiedenen Geräten aus. Bei der Gestaltung der Übungsfolge müssen verschiedene Vorgaben beachtet werden, vor allem bei den Übergängen und der Fortbewegung zwischen den Geräten. Am Ende der Unterrichtseinheit präsentieren die Zweiergruppen ihre Übungsfolge vor der Lehrperson sowie zwei weiteren Zweiergruppen, die diese beurteilen.



Das Projekt wurde von Peter Hexel (HEP-BEJUNE) & Cédric Pürro (UNI Freiburg) erarbeitet und realisiert
Expertin: Ilaria Ferrari (PH Zürich)

VORSTELLUNG DES THEMAS UND ERSTE ANALYSEN

Kompetenzbereich

Bewegen an Geräten

Referenzsportart

Geräteturnen

SACHANALYSE

Das Geräteturnen, eine in der Schweiz besonders verbreitete Sportart, ist aus dem international anerkannten Kunstturnen hervorgegangen. Einige Geräte, die in Schweizer Sporthallen zu finden sind – wie beispielsweise die Schaukelringe –, gelten sogar als schweizerische Besonderheit. Im Geräteturnen werden Einzel- oder Gruppenwettkämpfe an verschiedenen Geräten (Minitrampolin, Reck, Barren, Schaukelringe, Boden) durchgeführt und von einer Jury beurteilt.

Aufgrund der vielfältigen Bewegungserfahrungen und der Auseinandersetzung mit Wagnissen hat das Geräteturnen einen festen Platz in den Kompetenzbereichen des Lehrplans. Die verschiedenen Geräte ermöglichen zahlreiche motorische Erfahrungen wie Stützen, Hängen, Drehen, Fliegen oder Balancieren und machen das Geräteturnen zu einer vielseitigen Sportart. Gleichzeitig bildet es eine ideale Grundlage für verwandte Aktivitäten wie z.B. Zirkuskünste, Klettern oder Parkour. Die turnerischen Fertigkeiten stehen in engem Zusammenhang mit den koordinativen Fähigkeiten Gleichgewicht, Orientierung, Rhythmus sowie mit konditionellen Voraussetzungen, insbesondere Kraft, Beweglichkeit und Schnelligkeit.

Die vorliegende Anwendungssituation hat das Thema «Drehen» als Schwerpunkt. Die SuS wählen entsprechend ihrem Können aus verschiedenen Bewegungsformen an unterschiedlichen Geräten aus und entwickeln so ihre turnerischen Fähigkeiten weiter.

Die auf den folgenden Seiten dargestellte Anwendungssituation ist als Vorschlag in Form einer komplexen Aufgabe zu verstehen, welche nach dem kompetenzorientierten Ansatz erarbeitet wurde. Dabei kann (oder muss manchmal auch) inhaltlich das eine oder andere verändert oder ergänzt werden, um es an die schulische Situation anzupassen. Dennoch soll die Komplexität dieser Anwendungssituation nicht zu stark modifiziert werden. Der Erwerb des Wissens und der Fertigkeiten, die für die Erreichung der angestrebten Kompetenz erforderlich sind, bedingt eine lange Lernzeit (8 bis 10 Stunden), welche sich in der Regel auf mehrere aufeinander folgende Doppelkationen verteilt.

¹ In der Schweiz werden die Schulstufen mit dem HarmoS-Konkordat in drei Zyklen unterteilt und mit einer einheitlichen Zählweise (1H–11H) versehen: Zyklus 1 (Primarstufe): 1-2H Vorschulstufe/Kindergarten und 3-4H - Zyklus 2 (Primarstufe): 5-6H und 7-8H - Zyklus 3 (Sekundarstufe I): 9H, 10H und 11H.

KOMPETENZSTUFEN GEMÄSS LP21

Kompetenzstufe BS.2.A.1.2c

Die SuS können an verschiedenen Geräten rollen und drehen (vorwärts, rückwärts, seitwärts).

ÜBERFACHLICHE KOMPETENZEN GEMÄSS LP21

Soziale Kompetenzen (Dialog- und Kooperationsfähigkeit: Sich mit Menschen austauschen, zusammenarbeiten)

- Die SuS können auf Meinungen und Standpunkte anderer achten und im Dialog darauf eingehen.

Personale Kompetenzen (Selbstreflexion: eigene Ressourcen kennen und nutzen)

- Die SuS können auf ihre Stärken zurückgreifen und diese gezielt einsetzen.

Methodische Kompetenzen

- Die SuS können einschätzen, wie schwer oder leicht ihnen die Aufgaben/Problemlösungen fallen werden.

PÄDAGOGISCHE PERSPEKTIVEN

Im Zentrum dieses Projekts stehen drei Perspektiven:

Im **Miteinander** gestalten und präsentieren die SuS ihre Übungsfolge gemeinsam und unterstützen sich gegenseitig.

Bei der **Leistung** erweitern sie ihre turnerischen Kompetenzen und erleben Fortschritte beim Ausführen verschiedener Drehungen.

In der Perspektive **Wagnis** wagen sie neue Bewegungsformen und lernen, Herausforderungen ihren Fähigkeiten entsprechend einzuschätzen.

VORAUSSETZUNG DER SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER

- Die SuS haben die Rolle vorwärts bereits kennengelernt.
- Die SuS haben bereits einige Drehformen an verschiedenen Geräten ausprobiert (z.B. im Projekt «Mut tut gut!»).

ERWARTETE KOMPETENZ AM ENDE DER UNTERRICHTSEINHEIT

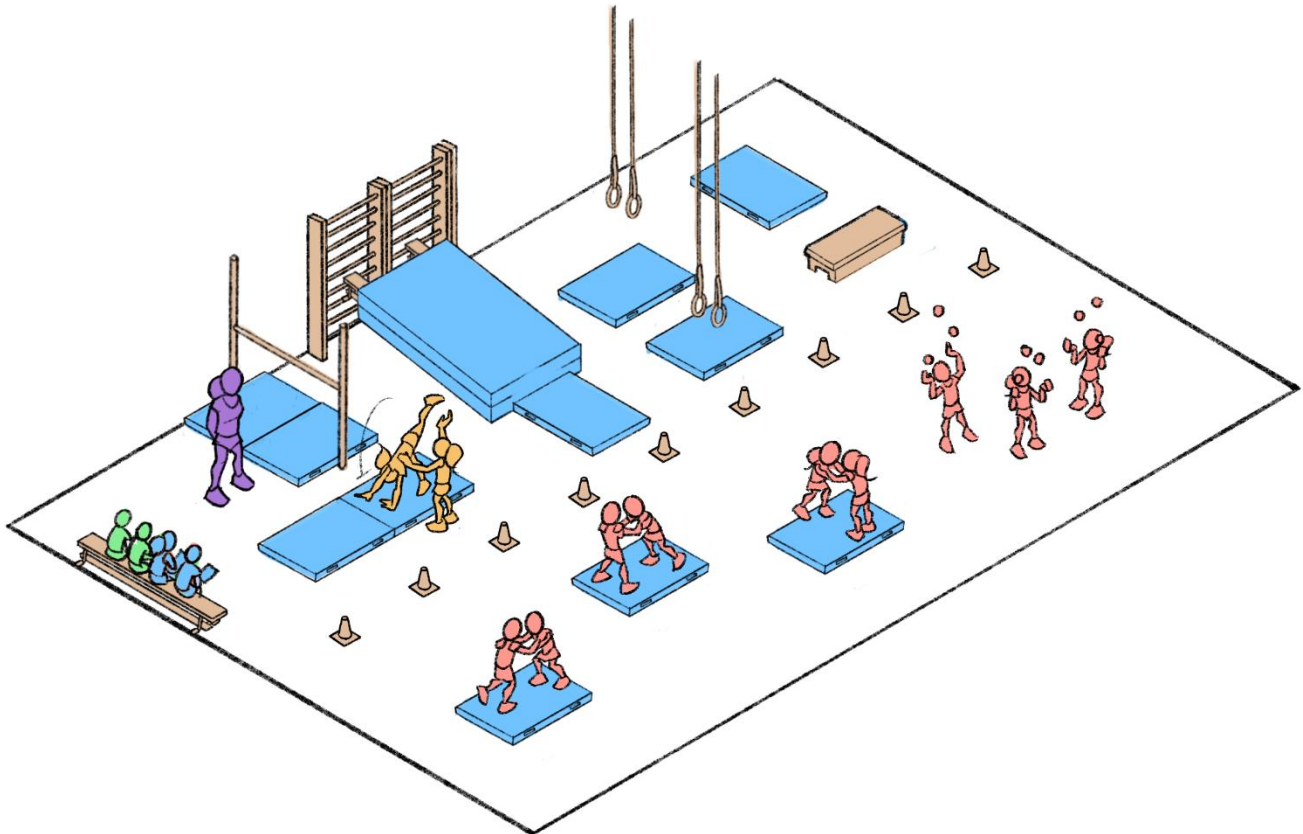
Zu zweit eine Folge aus verschiedenen Drehungen an unterschiedlichen Geräten gestalten und präsentieren.

BESCHREIBUNG DER ANWENDUNGSSITUATION

KURZE VORSTELLUNG DER ANWENDUNGSSITUATION

In Zweiergruppen gestalten und präsentieren die SuS gemeinsam eine Folge aus Drehbewegungen mit Übergängen, welche synchron absolviert werden. Die Präsentation wird anhand individueller und kollektiver Kriterien von vier SuS sowie von der Lehrperson beurteilt.

SCHEMATISCHE DARSTELLUNG



Idealerweise werden die Geräte so aufgebaut, dass sie nur eine Hallenhälfte beanspruchen und genügend Platz für weitere Aktivitäten bleibt.

LERNZIELE

Die SuS können:

- am Boden eine Rolle vorwärts machen und ihre Ausführung gezielt verbessern.
- sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen.
- respektvoll miteinander kommunizieren und ihre Bewegungen aufeinander abstimmen.
- ihre eigenen Kompetenz einschätzen, um passende Drehelemente auszuwählen oder diese bei Bedarf mit Hilfestellung auszuführen.
- den Auf- und Abbau des Materials verantwortungsvoll mitgestalten und dabei Sicherheitsaspekte für sich selbst und andere berücksichtigen.

RAHMENBEDINGUNGEN (REGELN, VORSCHRIFTEN UND ORGANISATION)

ANWEISUNGEN DER LEHRPERSON UND ORGANISATION

Nach drei bis vier Wochen, in denen die Lehrperson die Grundlagen des Geräteturnens in einem sicheren Umfeld vermittelt, bilden die SuS selbstständig Zweiergruppen, die bis zur summativen Beurteilung bestehen bleiben. Während der anschliessenden zwei bis drei Wochen entwickeln die Zweiergruppen gemeinsam eine Übungsfolge aus Drehbewegungen und synchronen Fortbewegungen, die sie bei der summativen Beurteilung präsentieren.

Die Folge umfasst insgesamt zwölf Drehungen (sechs pro Kind) und wird an sechs Geräteposten ausgeführt (siehe Abbildungen, S. 28–30). Bei jeder Präsentation beobachten zwei weitere Zweiergruppen (als Jury) das turnende Duo. Dabei zählen sie die Anzahl Drehungen und die Qualität der Synchronität der Ausführungen.

VORGABEN UND REGELN

Für die Zweiergruppe gelten bei der Gestaltung und Präsentation der Übungsfolge die folgenden Regeln:

Gestaltung der Übungsfolge

- Die Übungsfolge beginnt und endet mit einem gemeinsamen Gruss der Zweiergruppe Richtung Jury.
- Die Übungsfolge umfasst insgesamt **12 Drehungen**.
- Jedes Kind zeigt **6 frei gewählte Drehungen**. Einzig die **Rolle vorwärts** an der Station mit einer einzelnen Bodenmatte ist für beide Kinder verpflichtend.
- Die Reihenfolge der Drehungen sowie die Nutzung der verschiedenen Stationen können frei gewählt werden. Sie müssen jedoch im Voraus im persönlichen Dossier der Kinder festgehalten werden.
- An den einzelnen Stationen können die beiden Kinder dieselben oder unterschiedliche Drehungen ausführen.
- Hilfestellungen bei der Ausführung einer turnerischen Bewegung sind beliebig oft erlaubt.
- Die Zweiergruppe bewegt sich zwischen den Stationen gemeinsam und synchron fort.
- Die Fortbewegungsart wird von der Zweiergruppe frei gewählt (z.B. wie ein Roboter, ein Tier oder auf eine lustige Art) und bleibt während der gesamten Übungsfolge dieselbe.

Präsentation der Übungsfolge

- Zu Beginn der Präsentation stellt sich die Zweiergruppe vor die Jury und begrüsst diese mit einem gemeinsamen Gruss (die Zweiergruppe kann ihre eigene Grussform erfinden).
- Anschliessend geht die Zweiergruppe zur ersten gewählten Station und führt dort die ersten beiden Drehungen aus (eine Drehung pro Kind). Danach gehen sie entsprechend der gewählten Fortbewegungsart und unter Einhaltung der Regeln zur nächsten Station. Dies wird fortgesetzt, bis alle 12 Drehungen ausgeführt wurden.
- An jeder Station führt zuerst das erste Kind seine Drehung aus (die Kinder entscheiden untereinander, wer beginnt.). Anschliessend erfolgt ein im Voraus vereinbartes Wechselritual mit der Partnerin bzw. dem Partner (z.B. ein Handklatschen). Danach zeigt das zweite Kind seine Drehung.
- Zwischen den Stationen bewegt sich die Zweiergruppe stets mit derselben gemeinsam gewählten Fortbewegungsart und möglichst synchron.
- Nach der letzten Station stellt sich die Zweiergruppe erneut vor die Jury und verabschiedet sich mit demselben Gruss wie zu Beginn.

VERSCHIEDENE ROLLEN DER SuS

In dieser Anwendungssituation übernehmen die SuS neben dem Turnen auch Beobachtungsaufgaben. Bei der summativen Beurteilung gibt es für die Zweiergruppen zwei Jury-Rollen: die «Zählrichter:innen» und die «Synchronitätsrichter:innen».

«Zählrichter:innen»

Die Zählrichter:innen überprüfen, ob das ihnen zugeteilte Kind sechs Drehungen ausführt. Dazu zählen sie die gezeigten Elemente mit den Fingern mit und zeigen am Ende die gezählte Anzahl an.

«Synchronitätsrichter:innen»

Die Aufgabe der Synchronitätsrichter:innen besteht darin zu beurteilen, wie gut die beiden Kinder ihre Bewegungen aufeinander abstimmen. Beobachtet werden der gemeinsame Gruss zu Beginn und am Ende der Präsentation sowie die Fortbewegungen zwischen den Stationen. Nach der Präsentation einigen sie sich auf eine Beurteilung von einem bis drei Sternen und zeigen diese der Zweiergruppe mit den Fingern an. Diese Einschätzung wird mit jener der Lehrperson verglichen, welche die endgültige Punktzahl (Sterne) für die summative Beurteilung festlegt.

BENÖTIGTES MATERIAL

- 8 Matten
- 3 Langbänke
- 1 Kastenoberteil
- 1 grosse Matte
- 1 Reck (2 Pfosten und eine Reckstange)
- 2 Paar Schaukelringe

KATALOG DER DREHBEWEGUNGEN

Jedes Kind erstellt seine Übungsfolge, indem es Drehelemente aus dem von der Lehrperson bereitgestellten Katalog auswählt. Die Buchstaben A und B zeigen den Schwierigkeitsgrad eines Elements an. A kennzeichnet einfache und gut bewältigbare Elemente, B anspruchsvollere Elemente, die mit einer gewissen Unsicherheit verbunden sein können. Der untenstehende Katalog mit Wahlelementen (siehe Abbildungen im persönlichen Dossier) kann durch weitere, einfachere oder schwierigere Drehformen ergänzt werden.



Achtung! Der Schwierigkeitsgrad der gewählten Elemente wird bei der Beurteilung nicht berücksichtigt. Das bedeutet, dass ein Kind, das schwierigere Elemente auswählt, bei gleicher Ausführungsqualität dieselbe Beurteilung erhält wie ein Kind, das einfachere Elemente gewählt hat. Während der Unterrichtseinheit ist es wichtig, die SuS dazu anzuregen, über den Schwierigkeitsgrad der verschiedenen Elemente nachzudenken. Dies kann mithilfe des Lerndossiers erfolgen, in dem sie mit Sternen einschätzen, wie gut sie ein Element beherrschen. Anschliessend markieren sie die Elemente, die sie in der Anwendungssituation präsentieren möchten. Dabei sollte betont werden, dass die Auswahl in erster Linie nach dem Grad der Beherrschung und nicht nach persönlichen Vorlieben erfolgen sollte.

BODEN (1 Matte)



- Rolle vorwärts (B) → vorgeschriebenes Element



BODEN (2 Matten)



- **Rollen (A)**
In Bauchlage mit über dem Kopf gestreckten Armen seitlich wie ein Baumstamm rollen und dabei den Körper gespannt halten.
- **Kerze (A)**
Aus dem Stand in die Hocke gehen, rückwärts zur Kerze rollen, diese drei Sekunden halten und ohne Hände wieder aufstehen. Die Hände können bei der Kerze hinter den Hüften, seitlich am Boden oder in Verlängerung des Kopfes positioniert werden.
Hilfestellung: Die senkrechte Beinposition während drei Sekunden von vorne oder von der Seite sichern.
- **Rad (B)**
Ein Rad mit gestreckten Armen und Beinen ausführen und nacheinander auf den Füßen landen.
- **Sprungrolle (B)**
Nach vorne abspringen und eine Sprungrolle ausführen.

GROSSE MATTE AUF SCHIEFER EBENE



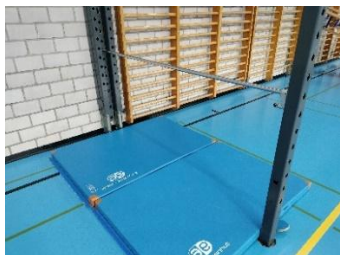
- **Rollen (A)**
In Bauchlage mit über dem Kopf gestreckten Armen seitlich wie ein Baumstamm rollen und dabei den Körper gespannt halten.
- **Rolle vorwärts (A)**
An der Kreidelinie starten und eine Rolle vorwärts ausführen.
- **Rolle rückwärts (B)**
An der Kreidelinie starten und eine Rolle rückwärts ausführen.

RINGE



- **Schraube (A)**
In kniehoch eingestellten Ringen stehen und Drehungen um die Längsachse mit div. Beinhaltung (gegrätscht oder geschlossen) ausführen.
Hilfestellung: Die Ringe festhalten und einen leichten Impuls geben, um die Drehung einzuleiten.
- **Rückwärtsrotation (B)**
Aus dem Stand in den auf Brusthöhe eingestellten Ringen die Beine nach oben schwingen, sich klein machen und kontrolliert rückwärts drehen, bis man wieder auf den Füßen steht.
Hilfestellung: Ein Kind bietet vor dem turnenden Kind auf Bauchhöhe eine Stütze mit beiden Händen an. Den Kopf dabei nach hinten halten, um Fusstritte zu vermeiden
- **Vorwärtsrotation (B)**
Aus dem Stand (Ringe brusthoch) nach vorne gebeugt, die Ringe nach hinten oben greifen, eine kontrollierte Vorwärtsrotation ausführen und sicher auf den Füßen landen.

RECK (AUF SCHULTERHÖHE DER KINDER)



- **Zwischen den Armen unter der Stange drehen (A)**
Unter der Stange hängen und in angehockter Haltung eine Drehung ausführen (z. B. nach hinten und wieder nach vorne).
- **Vorwärtsdrehung zum Stand (A)**
Aus dem Stütz an der Reckstange vorwärts um die Stange drehen und die Füße kontrolliert auf den Boden setzen.
Hilfestellung: Auf der gegenüberliegenden Seite der Stange stehen, mit einer Hand einen Unterarm festhalten und die andere Hand unter die Schulter des turnenden Kindes führen.
- **Rückwärtsdrehung um die Stange (Felaufschwung) (B)**
Mit Schwung der Beine eine Rückwärtsdrehung um die Stange ausführen und in den Stütz auf dem Reck gelangen.
Hilfestellung: Ein Kind bietet vor dem turnenden Kind auf Bauchhöhe eine Stütze mit beiden Händen an. Den Kopf dabei nach hinten halten, um Fusstritte zu vermeiden.

KASTENOBERTeil



- **Rad (A)**
Mit den Händen den Kasten greifen und ein Rad über das Kasten-element turnen. Die Blickrichtung ist am Anfang und am Schluss die gleiche. Eine gestreckte Senkrechte ist nicht erforderlich.
- **Sprung und halbe Drehung (A)**
Vom Kasten abspringen, sich um die eigene Körperachse drehen und sicher in einer stabilen Haltung landen.
- **Sprung und ganze Drehung (B)**
Vom Kasten abspringen, sich um die eigene Körperlängsachse drehen und sicher in einer stabilen Haltung landen.

BEURTEILUNGSVERFAHREN

Die Beurteilung gliedert sich in zwei Teile:

TEIL 1: Bereits vor der summativen Präsentation beurteilt die Lehrperson während zwei bis drei Wochen die Zusammenarbeit innerhalb der Zweiergruppe sowie das Engagement der SuS beim Auf- und Abbau der Geräte.

TEIL 2: Die summative Beurteilung findet in der letzten Doppellektion der Unterrichtseinheit statt. Für die Beurteilung werden jeweils drei Zweiergruppen aufgerufen. Während die erste Zweiergruppe ihre Übungsfolge präsentiert, beobachten die beiden anderen Gruppen auf der Bank sitzend die Darbietung und beteiligen sich an deren Beurteilung (siehe Abschnitt «Verschiedene Rollen der SuS», S. 5).

Nach jeder Präsentation gibt die Lehrperson den «Synchronitätsrichter:innen» eine Rückmeldung zu ihrer Einschätzung. Nach drei Präsentationen werden die beurteilten Zweiergruppen durch die nächsten drei Gruppen ersetzt. Dieser Wechsel wird fortgesetzt, bis alle Zweiergruppen ihre Übungsfolge präsentiert haben.

Zusätzlich zum Aufbau für die Anwendungssituation können selbstständig durchführbare Bewegungsaufgaben, beispielsweise aus dem Projekt «Mut tut gut!», eingerichtet werden. Diese benötigen wenig Material und erfordern keine ständige Anwesenheit der Lehrperson. Alternativ kann ein Teil der Halle für ein selbstorganisiertes Spiel genutzt werden, um möglichst viele SuS sinnvoll zu beschäftigen. Einige Beispiele für solche selbstständigen Aktivitäten finden sich im Abschnitt «Unterrichtshilfen für Schülerinnen und Schüler sowie für Lehrpersonen» (S. 27).



Gibt es eine ungerade Anzahl von Zweiergruppen, kann eine bereits eingesetzte Gruppe nochmals als «Zählrichter:innen» eingesetzt werden.

BEURTEILUNGSKRITERIEN UND BEOBACHTBARE INDIKATOREN

Kollektive Kriterien	Beobachtbare Indikatoren	Gewichtung
Die beiden Mitglieder der Zweiergruppen erhalten dieselbe Punktzahl.		
Synchronität		
Begrüssung	Der gemeinsame Gruss wird zu Beginn und am Ende der Präsentation identisch und synchron ausgeführt.	4
Fortbewegungen	Zwischen den Geräten bewegen sich beide Kinder gleich und bleiben dabei stets nahe beieinander (höchstens ein Meter Abstand).	
Die Zweiergruppe erfüllt die oben genannten Indikatoren: vollständig = 4 Punkte weitgehend = 3 Punkte teilweise = 2 Punkte selten = 1 Punkt gar nicht = 0 Punkte		
Total der möglichen Punkte (kollektiv):		
		4

Individuelle Kriterien	Beobachtbare Indikatoren	Gewichtung
Teil 1: Engagement bei der Vorbereitung der Übungsfolge		
Problemlösefähigkeit	Bei der Vorbereitung der Übungsfolge schlägt das Kind bei Meinungsverschiedenheiten selbstständig konkrete Lösungen vor.	4
Hilfe	Das Kind lässt sich bei Bedarf von seiner Partnerin bzw. seinem Partner helfen.	
Auf- und Abbau des Materials	Das Kind beteiligt sich aktiv am Auf- und Abbau des Materials und hält dabei die Sicherheitsregeln ein.	
<i>Das Kind erfüllt die oben genannten Indikatoren:</i> <i>vollständig = 4 Punkte</i> <i>weitgehend = 3 Punkte</i> <i>teilweise = 2 Punkte</i> <i>selten = 1 Punkt</i> <i>gar nicht = 0 Punkte</i>		

Teil 2: Qualität der Ausführung der präsentierten Drehelemente

Die Lehrperson beurteilt jedes Drehelement einzeln anhand der unten aufgeführten Kriterien und Indikatoren. Jeder erfüllte Indikator ergibt **1** Punkt, ein teilweise erfüllter Indikator $\frac{1}{2}$ Punkt und ein nicht erfüllter Indikator **0** Punkte.

Bewegungsfluss bei den Drehungen	Das Kind führt die Drehungen ohne Unterbruch und in der vorgesehenen Bewegungsachse Körperachse aus (beim Rad über das obere Kastenelement gilt stattdessen: «Die Reihenfolge der Abdrücke ist Fuss–Hand–Hand–Fuss–Fuss»).	6
Stabile Endposition nach der Drehung	Die Drehungen sind am Ende stabilisiert (der Rückweg in den Stand erfolgt kontrolliert und/oder das Kind hält die Landung zwei Sekunden lang, ohne die Füße zu bewegen)	6
Total der möglichen Punkte (individuell):		16

Die summative Gesamtbeurteilung umfasst insgesamt 20 Punkte: 4 Punkte für die Synchronität (bei Begrüssung und Fortbewegungen) sowie 16 Punkte für die individuellen Kriterien in den beiden Beurteilungsteilen «Engagement bei der Vorbereitung der Übungsfolge» und «Qualität der Ausführung der präsentierten Drehelemente».

Durch das Redaktionsteam empfohlene, genügende Leistung: 14 von 20 Punkte

PLANUNGSÜBERSICHT DER UNTERRICHTSEINHEIT

Da das Handlungsniveau der SuS innerhalb einer Klasse sehr heterogen sein kann, ist das Lerntempo weder vorhersehbar noch kann es vorgeschrieben werden. Deshalb soll dieses Beispiel einer tabellarischen Planung nicht als «schlüsselfertig» betrachtet werden.

	Lektion 1 (Doppellektion)	Lektion 2 (Doppellektion)	Lektion 3 (Doppellektion)	Lektion 4 (Doppellektion)	Lektion 5 (Doppellektion)	Lektion 6 (Doppellektion)
LERNZIEL	Die SuS können am Boden eine Rolle vorwärts machen und ihre Ausführung gezielt verbessern.					
AUFGABEN	Rolle vorwärts (Wiederholung) ¹	Rolle vorwärts / Sprungrolle		Rolle vorwärts / Sprungrolle	Rolle vorwärts / Sprungrolle	Summative Beurteilung ⁵
LERNZIEL	Die SuS können sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen.					
AUFGABEN	Die Welle Boden: 1 und 3.2 Kastenoberteil: 2.2 Ringe: 5.1	Kastenoberteil: 2.1 ² und 2.2 Boden: 3.3 ² und 3.2 Reck: 6.2 und 6.1 ²	Grosse Matte: 4.3 ³ Ringe: 5.2 und 5.3 Reck: 6.3	Auswahlelemente an den 5 Stationen	Auswahlelemente an den 5 Stationen	Summative Beurteilung ⁵
LERNZIEL	Die SuS können respektvoll miteinander kommunizieren und ihre Bewegungen aufeinander abstimmen.					
AUFGABEN		Synchro	Synchro	Kleine Anwendungssituation ⁴	Wahl der Reihenfolge	Summative Beurteilung ⁵
LERNZIEL	Die SuS können ihre eigenen Fähigkeiten Kompetenzen einschätzen, um passende Elemente auszuwählen oder diese bei Bedarf mit Hilfestellung auszuführen.					
AUFGABEN		Sternvergabe ²		Sternvergabe ⁴		Summative Beurteilung ⁵
LERNZIEL	Die SuS können den Auf- und Abbau des Materials verantwortungsvoll mitgestalten und dabei Sicherheitsaspekte für sich selbst und andere berücksichtigen.					
AUFGABEN	Vorstellung der Erwartungen der Lehrperson zu Beginn der ersten Lektion. Selbsteinschätzung der SuS am Ende jeder Lektion.					Summative Beurteilung ⁵
ORGANISATION	In Wellen	Circuit	½ Halle Circuit ½ Halle selbstständig	Posten	Posten	3 Zweiergruppen
BEURTEILUNG	¹ DB (Selbstbeurteilung)	² FB (Peers) FB (Selbstbeurteilung)	³ FB (Selbstbeurteilung)	⁴ FB (LP) FB (Selbstbeurteilung)	FB (LP) des Lerndossiers	⁵ SB (LP)

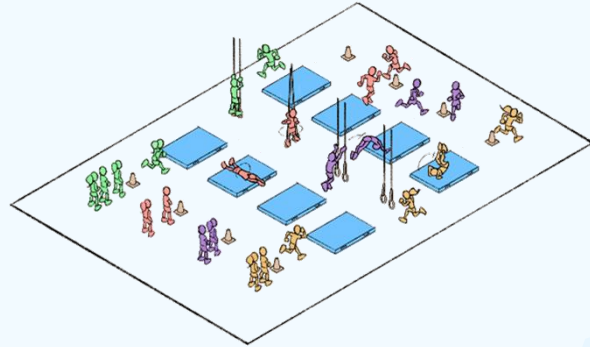
BEURTEILUNGEN	DB:	Diagnostische Beurteilung → Beurteilung des Ausgangsniveaus der SuS
	FB:	Formative Beurteilung mit dokumentierten Beispielen → Beurteilung des Lernfortschritts
	SB:	Summative Beurteilung → Beurteilung der Kompetenzerreichung

AUFGABENVORSCHLÄGE

Die folgenden Aufgaben werden in einem speziellen Dokument präziser und umfassender dargestellt. Diese sind in der Rubrik «*Unterrichtshilfen für Schülerinnen und Schüler sowie für Lehrpersonen*» zu finden.

Die Welle

Aufgeteilt in 4 Gruppen absolvieren die SuS abwechselungsweise eine Bewegungsfolge an verschiedenen Geräten. Die Geräte werden nur in einer Richtung durchlaufen (Organisation in Wellen); der Rückweg zum Startpunkt erfolgt jeweils entlang der Hallenseiten. Mögliche Bewegungen sind zum Beispiel eine Rolle vorwärts, ein Rad, eine Sprungrolle oder das seitliche Überqueren eines Schwedenkastens.

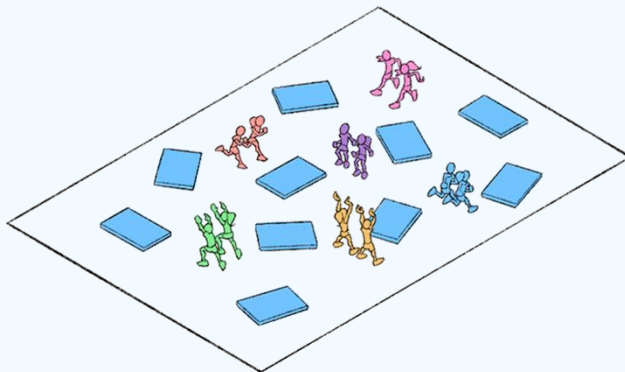


Sternvergabe

Abwechselungsweise übernehmen die SuS die Rolle Turner:in und jene der Beobachterin bzw. des Beobachters. Die Kriterien und Indikatoren werden vorgängig mit der Lehrperson besprochen. Kind A führt ein Element aus und schätzt seine Ausführung selbst ein. Anschliessend vergleicht es seine



Einschätzung mit jener von Kind B, welches beobachtet hat. Dazu zeigen beide mit den Fingern die Anzahl Sterne an, die ihrer Beurteilung der Ausführungsqualität entspricht. Bei unterschiedlichen Einschätzungen tauschen sie sich darüber aus.



Synchro

In der Halle werden 10-12 Matten verteilt, jeweils eine pro Zweiergruppe. Die beiden Kinder einigen sich auf eine originelle Fortbewegungsart. Anschliessend bewegen sich die Zweiergruppen frei durch die Halle und versuchen dabei, nahe beieinander zu bleiben. Auf das Signal der Lehrperson kehren sie zu ihrer Ausgangsmatte zurück. Danach vereinbaren sie eine neue Fortbewegungsart und wiederholen die Aufgabe.

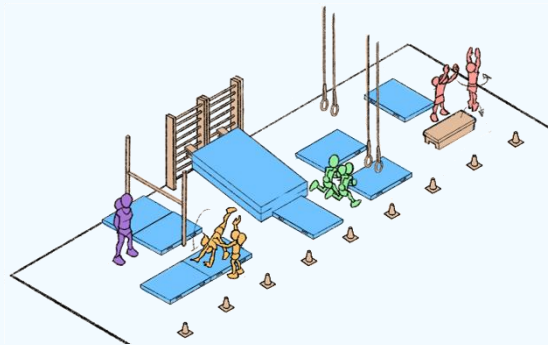
Kleine Anwendungssituation

In einer Organisationsform, die der Anwendungssituation ähnelt (mit einer reduzierten Anzahl vorgegebener Posten), präsentieren die Zweiergruppen eine Übungsfolge bestehend aus:

- ✓ einem identischen Anfangs- und Schlussgruss;
- ✓ drei Drehbewegungen pro Kind;
- ✓ synchronen Fortbewegungsarten zwischen den Geräten bzw. Posten.

An jedem gewählten Posten führen die beiden Kinder nacheinander eine gleiche oder unterschiedliche Drehbewegung aus.

Zwischen den beiden Ausführungen erfolgt ein zuvor festgelegtes Rollenwechselritual.



BIBLIOGRAFISCHE HINWEISE, WEBLINKS UND MUSIKNACHWEISE

- Baumann, H. (2001). *Mut tut gut!* Ingold Verlag.
- Eidgenössische Sportkommission (ESK) (1998). Lehrmittel Sporterziehung, Band 3: 1. – 4. Schuljahr. Broschüre 3, S. 16-22.
- Jugend und Sport, Tool «Helfen und Sichern»: <https://tool.jugendundsport.ch/modules/64a2be63fbc05e51250c0352?lang=de&org=jugendundsport>, eingesehen am 04.06 2026.

ABBILDUNGSVERZEICHNIS

Aus Gründen der Lesbarkeit wurden die Hyperlinks zu den Originalquellen der Abbildungen mit Hilfe des Linkverkürzungs-Tools, das unter <https://urlz.fr> verfügbar ist, gekürzt.

- Abbildung 1, S. 14: *Helfen und Sichern* gesichtet auf <https://urlz.fr/uOB3>.
- Abbildung 2, S. 24: *Übung 5 – Posten Rolle vorwärts* mit DALL·E von ChatGPT erstellt
- Abbildung 3, S. 25: *Übung 3 – Posten Rolle rückwärts* mit DALL·E von ChatGPT erstellt

UNTERRICHTSHILFEN (RASTER, INSTRUMENTE, ETC.) FÜR SCHÜLERINNEN UND SCHÜLER SOWIE FÜR LEHRPERSONEN

Auf den folgenden Seiten werden Unterrichtshilfen vorgestellt, die den Lernprozess während der gesamten Unterrichtseinheit unterstützen. Zu beachten ist, dass sich im Lerndossier der SuS auf den Seiten 9 bis 11 mehrere Beurteilungsbögen befinden.

- Didaktische und pädagogische Hinweise (S. 13–14);
- Zusammenfassender Beurteilungsbogen für die Lehrperson (S. 15);
- Aufgabenvorschläge zur Unterrichtseinheit (Lernziele, Rahmenbedingungen, Hinweise für die Umsetzung, Erfolgskriterien, etc.) (S. 16–23);
- Vorschläge für Aufbauformen und Variationen (S. 24–26);
- Ideen für selbstständig durchführbare Spiele (S. 27);
- Karten der Posten für die Anwendungssituation zum Ausschneiden (S. 28–30);
- Persönliches Lerndossier für SuS sowie Lehrpersonen mit verschiedenen Beurteilungsbögen.

Didaktische und pädagogische Hinweise

UMSETZUNG DER LERNZIELE

Aufgrund der grossen Anzahl an Lernzielen in dieser Unterrichtseinheit empfiehlt es sich, bereits in der Einleitung der verschiedenen Lektionen an diesen Lernzielen zu arbeiten. Durch den grossen Umfang an Inhalten wird vorgeschlagen, mehr als sechs Wochen dafür einzuplanen.

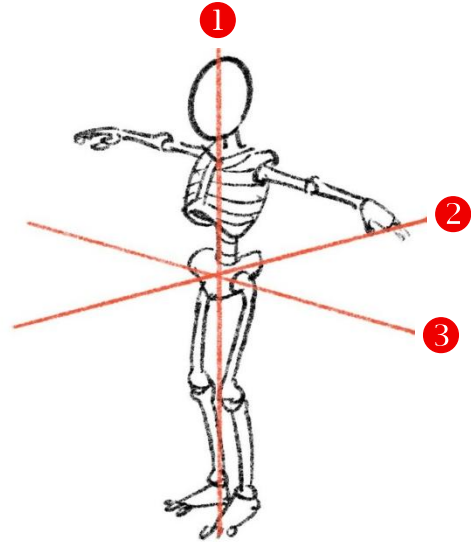
TECHNISCHE GRUNDLAGEN

Um die Drehachsen zu veranschaulichen, kann ein Gegenstand verwendet werden, beispielsweise ein Apfel, der mit einem langen Spiess durchbohrt wird, eine Knetfigur mit Zahnstocher oder auch eine bewegliche Holzfigur.

Im Geräteturnen werden drei Drehachsen unterschieden:

1. **Längsachse:** ermöglicht Drehungen um die eigene Körperachse (z.B. Schraube);
2. **Tiefenachse (Sagittalachse):** ermöglicht seitliche Drehungen (z.B. Rad);
3. **Querachse:** ermöglicht Vorwärts- und Rückwärtsdrehungen (z.B. Rolle vorwärts oder rückwärts).

Bei Rückwärtsdrehungen ist darauf zu achten, dass die SuS den Kopf in Verlängerung der Wirbelsäule halten und ihn nicht nach hinten werfen.



ORGANISATIONSFORMEN

Für diese Unterrichtseinheit und insbesondere für die Planungsübersicht (S. 10) werden verschiedene Organisationsformen vorgeschlagen: Posten, Circuit und in Wellen.

Posten

An den Posten wird einzeln oder in kleinen Gruppen gearbeitet. Jeder Posten ist einem bestimmten turnerischen Element oder einer bestimmten Kompetenz gewidmet und ermöglicht ein gezieltes sowie schrittweises Lernen. Die SuS wechseln entsprechend der vorgesehenen Organisation oder ihrem Lernfortschritt von einem Posten zum nächsten.

Circuit

Ein Circuit verbindet mehrere Posten zu einer zusammenhängenden Bewegungsfolge. Die SuS absolvieren die Übungen in einer festgelegten Reihenfolge und durchlaufen die verschiedenen Aufgaben nacheinander.

In Wellen

Bei dieser Organisationsform stellen sich die SuS in Kolonnen vor einer Gerätebahn auf. Die Gerätebahnen können identisch aufgebaut sein oder unterschiedliche Anforderungen enthalten. Ähnlich wie bei einer Stafette starten mehrere Kinder (ca. 3–4) kurz hintereinander auf derselben Bahn, wodurch ein kontinuierlicher Bewegungsfluss entsteht. Im Gegensatz zur Stafette spielt hier die Geschwindigkeit jedoch keine Rolle. Die Gerätebahnen können zudem an unterschiedliche Niveaus angepasst werden, indem der Schwierigkeitsgrad der Übungen variiert wird.

SICHERHEITSMASSNAHMEN

Dem Aufwärmen der verschiedenen Körperbereiche kommt in jeder Geräteturnlektion eine zentrale Bedeutung zu und es sollte fester Bestandteil der funktionellen Vorbereitung sein.

Übungen im Hang mit dem Kopf nach unten erfordern, insbesondere bei den ersten Versuchen, besondere Aufmerksamkeit durch die Lehrperson. In diesen Situationen ist eine aktive Hilfestellung empfohlen angezeigt. Zudem kann bei ersten Erprobungen ohne direkte Begleitung durch die Lehrperson der Einsatz einer dicken Niedersprungmatte (40 cm) die Sicherheit erhöhen.

Empfehlungen zu bewährten Sicherheitspraktiken sowie die Grundlagen einer wirksamen und vertrauensfördernden Hilfestellung finden sich in den **Lernbausteinen** von Jugend und Sport, die in Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Turnverband entwickelt wurden.



Helfen und Sichern



Schweizerischer
Turnverband

Beurteilungsbogen (von der Lehrperson auszufüllen)

		Kriterien			Total	Beurteilung
		Individuell	Koll.			
		Teil 1	Teil 2			
		Engagement in der Zweiergruppe	Qualität der Ausführung	Synchro		
Maximal mögliche Punkte		4	12	4	20	
	Name	Vorname				
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						
22						
23						
24						
25						

Die Welle (SA²)

Lernziele

Die SuS können:

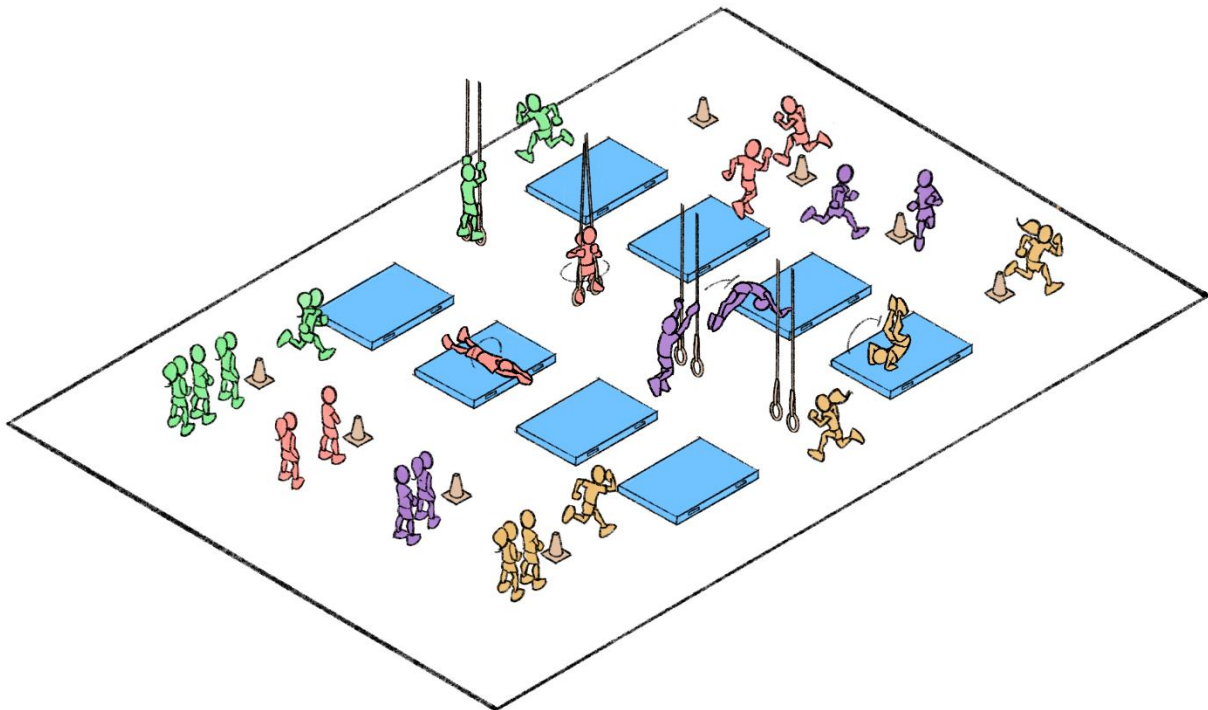
- am Boden eine Rolle vorwärts machen und ihre Ausführung gezielt verbessern;
- sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen;
- den Auf- und Abbau des Materials verantwortungsvoll mitgestalten und dabei Sicherheitsaspekte für sich selbst und andere berücksichtigen.

Ziel der Aufgabe für die SuS

Die SuS absolvieren abwechselnd Drehbewegungen und können diese vielfach wiederholen.

Rahmenbedingungen (Regeln, Vorschriften und Organisation)

Für eine Klasse mit 24 SuS bildet die Lehrperson vier Gruppen à je sechs Kindern. Die Gruppen stellen sich in einer Kolonne vor einer Gerätebahn auf. Alle Gerätebahnen sind identisch aufgebaut. Die Übungen an den Geräten werden nur in Vorwärtsrichtung absolviert; der Rückweg zum Startpunkt erfolgt jeweils über die Hallenseiten.



Von den sechs Kindern einer Gruppe befinden sich jeweils drei mit einem Spielband auf der Gerätebahn, während die anderen drei warten. Nach der Rückkehr übergibt jedes Kind sein Spielband an das nächste wartende Kind, welches dann startet.



Achtung! Die Aufgabe ist kein Wettlauf. Eine sorgfältige Ausführung der Übungen und die Sicherheit aller Beteiligten stehen jederzeit im Vordergrund.

² SA: Spezifische Aufgabe

Die Gerätebahn umfasst Geräte und Aufbauten für folgende turnerische Elemente:

- ✓ Rolle vorwärts;
- ✓ Rad am Boden, auf einer Bank oder über das Kastenoberteil;
- ✓ vorbereitende Übungen für die Rolle rückwärts (z.B. rückwärts rollen, mit den Händen neben den Ohren die Matte berühren und in die Ausgangsposition zurückkehren, Kerze, usw.);
- ✓ Sprung mit einer halben oder ganzen Drehung vom Kastenoberteil;
- ✓ zur Abwechslung, verschiedene Koordinationsaufgaben mit Reifen oder Springseil.



Die Lehrperson bestimmt die Reihenfolge der Geräte und Aufbauten je nach vorhandenem Material und räumlichen Möglichkeiten.

Es ist auch möglich, den SuS zwei Gerätebahnen mit unterschiedlichem Schwierigkeitsgrad zur Auswahl zu stellen.

Hinweise für die Umsetzung

Dies hängt von den gewählten turnerischen Elementen ab.

Erfolgskriterien

Die SuS führen Drehungen um die Längs-, Quer- und Tiefenachse aus.

Variationen

Einfacher



Die Lehrperson passt den Schwierigkeitsgrad der Bewegungen dem Niveau der SuS und dem Stand des Projekts an und bevorzugt dabei Elemente der Stufe A (siehe Katalog der Drehbewegungen ab S. 5).

Schwieriger



Je nach Niveau der SuS und Projektfortschritt anspruchsvollere Bewegungen wählen und vermehrt Elemente der Stufe B einsetzen (siehe Katalog der Drehbewegungen ab S. 5).



Das Angebot durch zusätzliche Drehformen erweitern.

Beobachtungsbogen

Siehe persönliches Lerndossier «Alles dreht sich! – Mein Geräteturnprojekt» (S. 4-9)

Sternvergabe (ZA³)

Lernziele

Die SuS können:

- am Boden eine Rolle vorwärts machen und ihre Ausführung gezielt verbessern;
- sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen;
- ihre eigenen Kompetenz einschätzen, um passende Drehelemente auszuwählen oder diese bei Bedarf mit Hilfestellung auszuführen;
- den Auf- und Abbau des Materials verantwortungsvoll mitgestalten und dabei Sicherheitsaspekte für sich selbst und andere berücksichtigen.

Ziel der Aufgabe für die SuS

Im Rahmen einer Peerbeurteilung die Rolle der Turnerin bzw. des Turners sowie die Rolle der beobachtenden Person übernehmen und dabei kriterienorientiert beurteilen.

Rahmenbedingungen (Regeln, Vorschriften und Organisation)

Die Lehrperson bespricht vorgängig gemeinsam mit den SuS die einzelnen Beurteilungskriterien sowie die dazugehörigen Indikatoren und nimmt dabei Bezug auf das Beurteilungssystem mit 1, 2 oder 3 Sternen.

«Was zeichnet eine perfekt ausgeführte Rolle vorwärts aus? Wann gilt eine Baumstammrolle als besonders gut gelungen?» Anhand von Demonstrationen der Lehrperson oder einzelner SuS diskutieren und definieren die Kinder gemeinsam Merkmale, die eine Beurteilung der turnerischen Elemente ermöglichen. Auf dieser Grundlage wird festgelegt, wie viele Sterne für die entsprechende Qualität der Ausführung vergeben werden.

Nach dieser gemeinsamen Erarbeitung übernehmen einige SuS die Rolle der Beobachter:innen und positionieren sich vor einer Matte, einem Gerät oder einem Posten (der Beobachtungsplatz kann beispielsweise mit einem Reifen markiert werden). Die übrigen SuS übernehmen die Rolle der Turnenden und führen das vorgegebene oder gewählte Drehelement an ihrer Station aus.

Nach jedem Versuch treten das turnende Kind und die beobachtende Person etwas von der Station weg. Auf «drei» zeigen sie gleichzeitig mit den Fingern die Anzahl Sterne an, die sie für die Qualität des gezeigten Elements vergeben würden. Weichen die Einschätzungen voneinander ab, begründet die Person mit der tieferen Beurteilung ihre Einschätzung.



Empfehlungen



- Damit jedes Kind die Beobachtungsrolle mehrfach übernehmen kann, bildet die Lehrperson Zweiergruppen, in denen die Rollen auf den verschiedenen Stationen frei gewechselt werden.
- Die Aufgabe kann in unterschiedlichen Organisationsformen durchgeführt werden (Stationsbetrieb, Wellenorganisation oder Parcours).
- Für einen gelungenen Ablauf ist es wichtig, dass die Lehrperson die Regeln der Kommunikation, des respektvollen Umgangs sowie einer ehrlichen und kriterienorientierten Beobachtung thematisiert und einfordert.

³ ZA: Zielgerichtete Aufgabe (siehe Merkblatt «Der kompetenzorientierte Ansatz im Bewegungs- und Sportunterricht» PROJEBS 2022, S. 6-7 <https://edutools.hep-bejune.ch/fr/edutools/PROJEBS/Theoretische-Grundlagen/Lehr-Lern-Sequenzen/Lehr-Lern-Sequenzen.html>)

Hinweise für die Umsetzung

Für die turnenden Kinder:

- Die Drehbewegungen werden während der gesamten Ausführung kontrolliert ausgeführt.

Für die beobachtenden Kinder:

- Der Blick der Beobachter:innen ist auf das turnende Kind gerichtet.
- Die Beobachter:innen können die Anzahl der vergebenen Sterne mit mindestens einem Argument begründen und nutzen dabei ein Merkblatt mit Bildern und den wichtigsten Beobachtungskriterien zum jeweiligen Element.

Erfolgskriterien

- Die SuS übernehmen die Beobachtungsrolle mindestens sechs Mal.
- Die Einschätzungen der turnenden Kinder und der Beobachter:innen stimmen mehrheitlich überein.

Variationen

Einfacher



Die Lehrperson passt den Schwierigkeitsgrad der Drehbewegungen dem Niveau der SuS und dem Stand des Projekts an und bevorzugt dabei Elemente der Stufe A (siehe Katalog der Drehbewegungen ab S. 5).

Schwieriger



Je nach Niveau der SuS und Projektfortschritt anspruchsvollere Bewegungen wählen und vermehrt Elemente der Stufe B einsetzen (siehe Katalog der Drehbewegungen ab S. 5).



Das Angebot durch zusätzliche Drehbewegungen erweitern.

Beobachtungsbogen

Siehe persönliches Lerndossier «Alles dreht sich! – Mein Geräteturnprojekt» (S. 4-9)

Synchro (PA¹⁴)

Lernziele

Die SuS können:

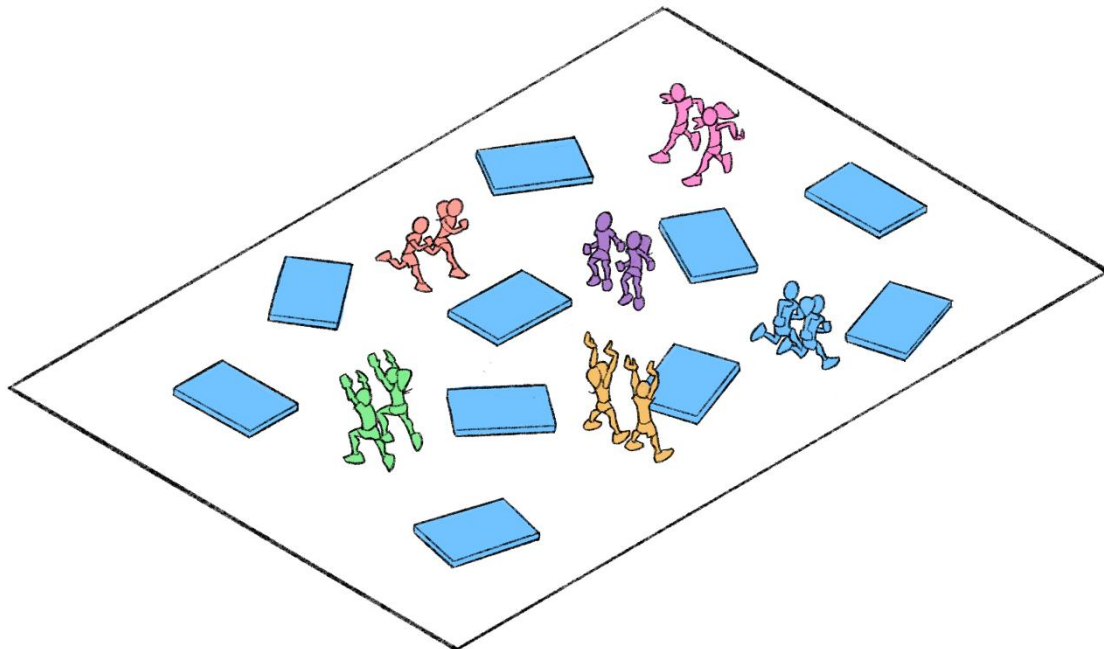
- sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen;
- respektvoll miteinander kommunizieren und ihre Bewegungen aufeinander abstimmen.

Ziel der Aufgabe für die SuS

Die Zweiergruppen einigen sich auf gemeinsame Fortbewegungsarten für die Übergänge zwischen den Geräten oder Stationen. Dabei können sie ihre Kreativität walten lassen. Während der Ausführung steht die möglichst synchrone Bewegung der beiden Kinder im Zentrum.

Rahmenbedingungen (Regeln, Vorschriften und Organisation)

Rund zwölf Matten werden in der Halle verteilt. Auf jeder Matte befindet sich eine Zweiergruppe. Die beiden Kinder wählen gemeinsam eine originelle Fortbewegungsart, bewegen sich damit frei durch die Halle und bleiben möglichst nahe beieinander. Auf das Signal der Lehrperson kehren sie zu ihrer Matte zurück, wählen eine neue Fortbewegungsart und wiederholen die Aufgabe.



Variante A

Die Lehrperson übernimmt die Rolle einer fiktiven Jury. Die Zweiergruppen beginnen und beenden ihre Präsentation mit einem selbst entwickelten, synchron ausgeführten Gruss in Richtung der Jury. Im Übrigen gelten die oben beschriebenen Regeln.

Variante B

Die Hälfte der Matten wird auf der einen Hallenseite, die andere Hälfte auf der gegenüberliegenden Seite verteilt. Auf jeder Matte befindet sich eine Zweiergruppe. Die beiden Kinder führen nacheinander eine frei gewählte Drehbewegung aus und integrieren zwischen den beiden Ausführungen ein vereinbartes Rollenwechselritual (z.B. ein Handklatschen). Anschliessend wechseln die beiden Kinder gemeinsam zur nächsten Matte. Dabei bewegen sie sich im Zickzack durch die Halle und verwenden die zuvor erfundene Fortbewegungsart, die möglichst synchron ausgeführt wird. Auf der nächsten Matte wählen sie eine neue Drehbewegung, welche wiederum nacheinander ausgeführt wird, bevor sie zur nächsten Matte weiterziehen. Bereits gezeigte Drehelemente dürfen erneut verwendet werden.

⁴ PA: Proximale Aufgabe (siehe Merkblatt «Der kompetenzorientierte Ansatz im Bewegungs- und Sportunterricht» PROJEBS 2022, S. 6-7 <https://edutools.hep-bejune.ch/fr/edutools/PROJEBS/Theoretische-Grundlagen/Lehr-Lern-Sequenzen/Lehr-Lern-Sequenzen.html>)

Variante C

Eine Zweiergruppe präsentiert einer anderen Zweiergruppe, die die Rolle der Beobachter:innen übernimmt, eine Folge aus drei synchronen Fortbewegungen. Die Folge wird durch einen Gruss eingeleitet und abgeschlossen. Optional können zwei Drehbewegungen an zwei unterschiedlichen Matten eingebaut werden.

Hinweise für die Umsetzung

- Die Bewegungen erfolgen synchron.
- Der Abstand zwischen den beiden Kindern bleibt während der Fortbewegungen klein und konstant.

Erfolgskriterien

- Der Abstand zur Partnerin bzw. zum Partner beträgt jederzeit weniger als zwei Meter.
- Bei den Fortbewegungen führen beide Kinder gleichzeitig dieselben Bewegungen aus.

Variationen

Einfacher



Zur Veranschaulichung und Einhaltung des Abstands kann ein halbiertes Springseil verwendet werden, welches von beiden Kindern gehalten wird.



Die Kinder können ihre Bewegungen mithilfe von Zurufen oder gemeinsamen Kommandos koordinieren.

Schwieriger



Die Übungsfolge wird ohne zu sprechen ausgeführt.



Auf jeder Matte wird eine Drehbewegung aus dem Katalog (siehe ab S. 5) ausgeführt, das auf einer einzelnen Matte möglich ist (Rolle vorwärts, Kerze, Baumstammrolle, Drehsprung mit $\frac{1}{2}$ Drehung oder mit ganzer Drehung).

Kleine Anwendungssituation (PA2)

Lernziele

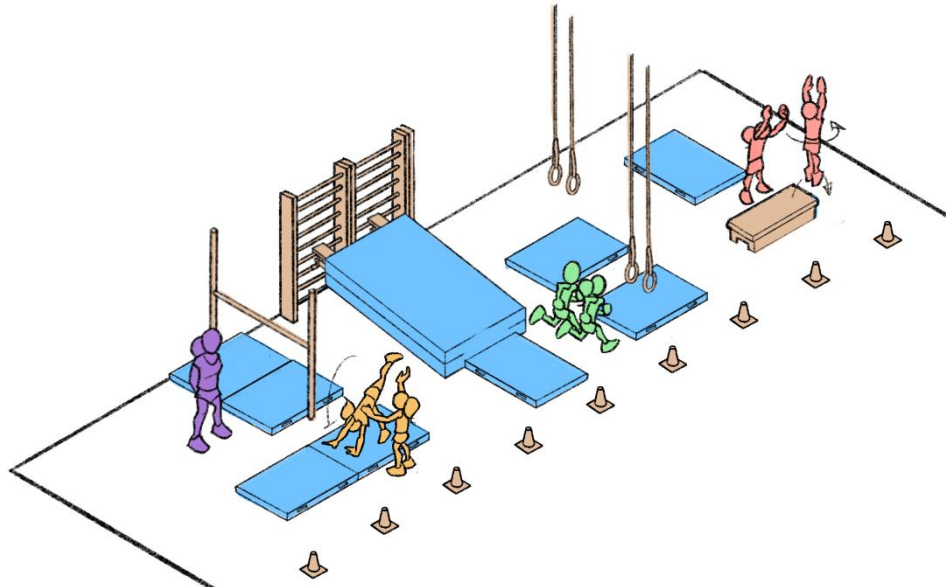
Die SuS können:

- sich an verschiedenen Geräten um die Längs-, Quer- und Tiefenachse drehen;
- respektvoll miteinander kommunizieren und ihre Bewegungen aufeinander abstimmen;
- ihre eigenen Kompetenz einschätzen, um passende Drehelemente auszuwählen oder diese bei Bedarf mit Hilfestellung auszuführen;
- den Auf- und Abbau des Materials verantwortungsvoll mitgestalten und dabei Sicherheitsaspekte für sich selbst und andere berücksichtigen.

Ziel der Aufgabe für die SuS

Die SuS wählen gemeinsam drei Stationen aus. An jeder Station führen sie nacheinander eine Drehbewegung aus. Die Fortbewegungen zwischen den Stationen werden im Voraus vereinbart und möglichst synchron ausgeführt.

Rahmenbedingungen (Regeln, Vorschriften und Organisation)



Die Klasse wird in sechs Gruppen eingeteilt, die jeweils aus zwei Zweiergruppen bestehen (bei 24 SuS). Innerhalb jeder Gruppe übernehmen die Zweiergruppen abwechselungsweise die Rollen der Turnenden und der Beobachter:innen. Für die turnenden Kinder muss die Übungsfolge folgende Vorgaben erfüllen:

- ✓ ein Anfangsgruss;
- ✓ eine erste Drehbewegung an einer frei gewählten Station, welche von den beiden Kindern nacheinander ausgeführt wird (gleiche oder unterschiedliche Bewegung) und ein Rollenwechselritual;
- ✓ eine synchrone Fortbewegung;
- ✓ eine zweite Drehbewegung an einer anderen Station, welche von den beiden Kindern nacheinander ausgeführt wird (gleiche oder unterschiedliche Bewegung) und ein Rollenwechselritual;
- ✓ eine synchrone Fortbewegung;
- ✓ eine dritte Drehbewegung an einer dritten Station, welche von den beiden Kindern nacheinander ausgeführt wird (gleiche oder unterschiedliche Bewegung) und ein Rollenwechselritual;
- ✓ ein Schlussgruss, der identisch mit dem Anfangsgruss ist.



Die vorgeschlagene Organisationsform mit mehreren unterschiedlichen Stationen (beispielsweise identisch mit der Anwendungssituation oder teilweise doppelt aufgebaut) ermöglicht es, dass mehrere Zweiergruppen gleichzeitig aktiv sind. Es ist zudem möglich, die Zweiergruppen ihre Übungsfolge zu einem späteren Zeitpunkt vor einer Halbkasse oder sogar vor der ganzen Klasse präsentieren zu lassen.

Hinweise für die Umsetzung

Die Übungsfolge wird fließend und ohne Unterbruch ausgeführt.

Erfolgskriterien

- Die Fortbewegungen werden synchron ausgeführt.
- Die Drehungen werden von Beginn bis Ende kontrolliert ausgeführt.

Variationen

Einfacher



Eine Übungsfolge präsentieren, die aus zwei statt drei Drehelementen besteht.

Schwieriger



Die Übungsfolge um ein zusätzliches Element oder mehrere zusätzliche Elemente erweitern.

Beobachtungsbogen

Siehe persönliches Lerndossier «*Alles dreht sich! – Mein Geräteturnprojekt*» (S. 4-9)

Vorschläge für Aufbauformen und Variationen

ROLLE VORWÄRTS



Da die Rolle vorwärts zu den Voraussetzungen gehört, sollten ein Grossteil dieser Übungen bereits vor Beginn der Unterrichtseinheit durchgeführt worden sein.



Zentrale Hilfestellung: Aus dem Kniestand unter der Schulter sichern und die Drehung durch einen Impuls am Oberschenkel fördern.

1. Eine Langbank in der Mitte unter einer grossen Matte platzieren. Von der daraus entstandenen Erhöhung aus rollen die SuS vorwärts die Schräge hinunter.
Alternative: Zwei bis drei in die Sprossenwand eingehängte Langbänke bilden eine schiefe Ebene, auf die eine mittelgrosse Matte (16 cm) gelegt wird (siehe Anwendungssituation).
2. Am Rand eines dreiteiligen Schwedenkastens eine 16-cm-Matte legen, damit eine schiefe Ebene entsteht. Aus dem Kniestand die Matte hinunterrollen. Das Kinn zur Brust nehmen und die Beine angehockt beibehalten.
3. Auf ein Reutherbrett eine Matte legen, damit eine schiefe Ebene entsteht. Die Hände auf die erhöhte Matte setzen und vorwärts die Schräge hinunterrollen. Das Kinn zur Brust nehmen und die Beine angehockt beibehalten.
4. An tief eingestellten Ringen auf Schulterhöhe oder aus dem Stütz am Reck eine Vorwärtsdrehung ausführen.

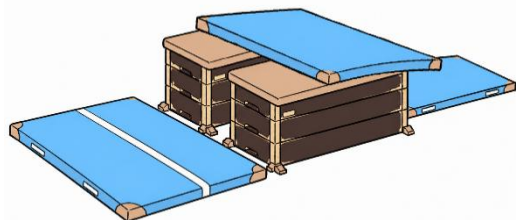


Für ängstliche Kinder kann eine grosse Matte unter die Ringe oder das Reck gelegt werden. Ringe bzw. Reckstange werden dabei so tief wie möglich eingestellt, sodass der Kopf gerade noch hindurchpasst.

5. Aufbau mit zwei Schwedenkästen (je zwei oder drei Kastenelemente), die von einer quer aufgelegten Matte überdeckt werden. Aus dem Stand vor den Kästen in den Schulterstand gelangen, die Position zwei Sekunden halten und anschliessend vorwärts über die Matte rollen.

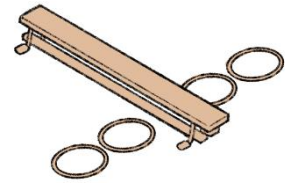
Spezifische Hilfestellung für den Schulterstand: Ein Kind steht seitlich neben einem der Kästen und unterstützt das turnende Kind mit einem Klammergriff beider Hände an den Oberschenkeln.

6. Sprungrolle auf einer Matte bzw. auf einer 16-cm-Matte ausführen.



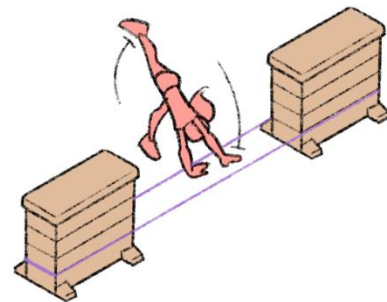
RAD

1. Zwei Reifen auf jeder Seite einer Langbank auf den Boden legen. Einen Fuss in jeden Reifen stellen. Anschliessend die Hände auf die Bank legen und ein Bein nach dem anderen nach oben schwingen, und versuchen, die Füsse nacheinander in die beiden Reifen auf der anderen Seite zu setzen. Die Körperausrichtung der Endposition entspricht dabei der Ausgangsposition.
2. Dieselbe Übung wie zuvor, jedoch über ein Kastenoberteil.
3. Auf einer Mattenbahn ein Rad ausführen, wobei Füsse und Hände nacheinander in fünf ausgelegte Spielbänder gesetzt werden (Fuss – Hand – Hand – Fuss – Fuss).
4. Das Rad quer über eine Matte machen, wobei nur die Hände die Matte berühren dürfen. Start- und Endposition sind identisch.

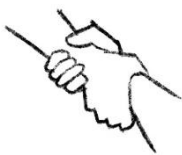


Zur Vereinfachung können für kleinere Kinder zwei parallele Seile mit geringerem Abstand ausgelegt werden.

5. Es wird eine schiefe Ebene aufgebaut, indem auf ein Reutherbrett eine Matte gelegt wird. Eine zweite Matte wird anschliessend auf den Boden gelegt. Vom oberen Ende der schiefen Ebene aus führen die SuS ein Rad aus.
6. Am Boden ein Rad ausführen, wobei die Hände zwischen zwei auf Kniehöhe gespannte Gummibänder gesetzt werden, die zwischen zwei Schwedenkästen befestigt sind.
Variante 1: Das Kind startet neben den Gummibändern, setzt nur die Hände zwischen die Bänder und beendet die Bewegung auf der anderen Seite.
Variante 2: Das Kind startet zwischen den Gummibändern und führt das Rad um die andere Achse aus, wobei es möglichst innerhalb der Begrenzung bleibt und die Gummibänder nicht berührt.



ROLLE RÜCKWÄRTS



Zentrale Hilfestellung:

Variante 1: Eine Hand sichert im Schulter-Nacken-Bereich, die andere unterstützt die Rotation am unteren Rücken.

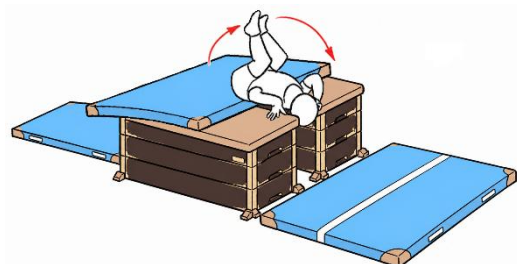
Variante 2: In der Mitte der Rotationsbewegung die Hüfte mit beiden Händen anheben, um die Nackenbelastung zu verringern und die Bewegung bis zum Stand zu begleiten.

Am Boden:

1. Aus dem Stand in die Hocke gehen, nach hinten rollen, die Kerzenposition einnehmen und diese während drei Sekunden halten. Anschliessend wieder in den Stand zurückkehren.
2. Aus dem Stand in die Hocke gehen und nach hinten rollen. Dabei die Hände mit den Handflächen nach oben neben die Ohren setzen. Die Handflächen auf die Matte aufsetzen und anschliessend wieder in den Stand zurückkehren (keine vollständige Rückwärtsrolle).

An den Schwedenkästen:

3. Auf einer zwischen zwei Kästen aufgelegten Matte aus der Hocke rückwärts rollen. Den Kopf zwischen die Kästen führen, die Hände auf den Kästen aufsetzen und die Bewegung mit einer Landung auf der darunterliegenden Matte abschliessen. Zur Orientierung kann die Ausgangsposition der Füsse mit Kreide markiert werden.



An den Ringen (schulterhoch):

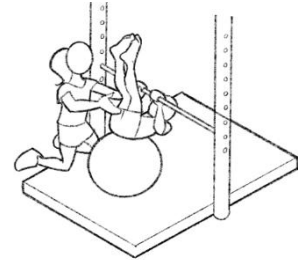
4. Die Ringe festhalten, kräftig an den Armen ziehen und die Knie zur Brust führen, um eine Rückwärtsrotation in gehockter Haltung auszuführen. Die Körperhaltung bleibt während der gesamten Drehung kompakt, die Rotation erfolgt fließend. Die Landung erfolgt auf beiden Füßen, ohne die Ringe loszulassen.

Spezifische Hilfestellung: ein anderes Kind steht vor das turnende Kind und bietet mit den ineinandergelegten Händen eine Stütze zum Einleiten der Drehung an. Dabei ist darauf zu achten, mögliche Fusstritte ins Gesicht zu vermeiden.

Variante zur Förderung der Bewegungskontrolle: auf dem Boden werden Fussabdrücke ausgelegt oder Kreise mit Kreide markiert. Die Kinder sollen ihre Landung möglichst genau in diesen Markierungen ausführen.

Am Reck:

5. An einer Reckstange auf Bauchnabelhöhe aus dem Sitz auf einem Sitzball eine Rückwärtsdrehung (Felgaufschwung) ausführen. Dabei wird die **C+-Haltung** beibehalten (Körperspannung halten). Die Drehung erfolgt fließend und endet in einer stabilen Stützposition auf der Reckstange.



6. Dieselbe Bewegung in ihrer Endform aus dem Stand ausführen (Reck brusthoch).
Spezifische Hilfestellung: Ein anderes Kind kann sich vor das turnende Kind stellen und mit den ineinandergelegten Händen eine Stütze anbieten. Dabei ist darauf zu achten, mögliche Fusstritte ins Gesicht zu vermeiden.

7. Unter der Reckstange rückwärts drehen, dabei die Hocke beibehalten und kontrolliert landen.
Spezifische Hilfestellung: Ein anderes Kind steht seitlich und hält während der Drehung den Unterarm des turnenden Kindes mit einem Klammergriff fest.

8. Aus dem Stütz auf der Reckstange (gegebenenfalls mit einem hinter dem Gesäss platzierten Springseil als Orientierungshilfe) eine Felge rückwärts (Bauchwelle) ausführen. Die Bewegung kann in gehockter, gebückter oder gestreckter Haltung erfolgen. Dabei auf Körperspannung, eine fließende Rotation und eine stabile Endposition im Stütz achten.

Spezifische Hilfestellung: Eine Hand stützt im Bereich der Lendenwirbelsäule, um die Hüfte nahe an der Stange zu halten. Die andere Hand unterstützt unter dem Oberschenkel und begleitet die Drehbewegung.

Zusätzliche Aufgabenvorschläge sind auf den Seiten 17 bis 22 der **Broschüre 3 des Bandes 3** des Lehrmittels Sporterziehung zu finden.

Ideen für selbstständig durchführbare Aktivitäten

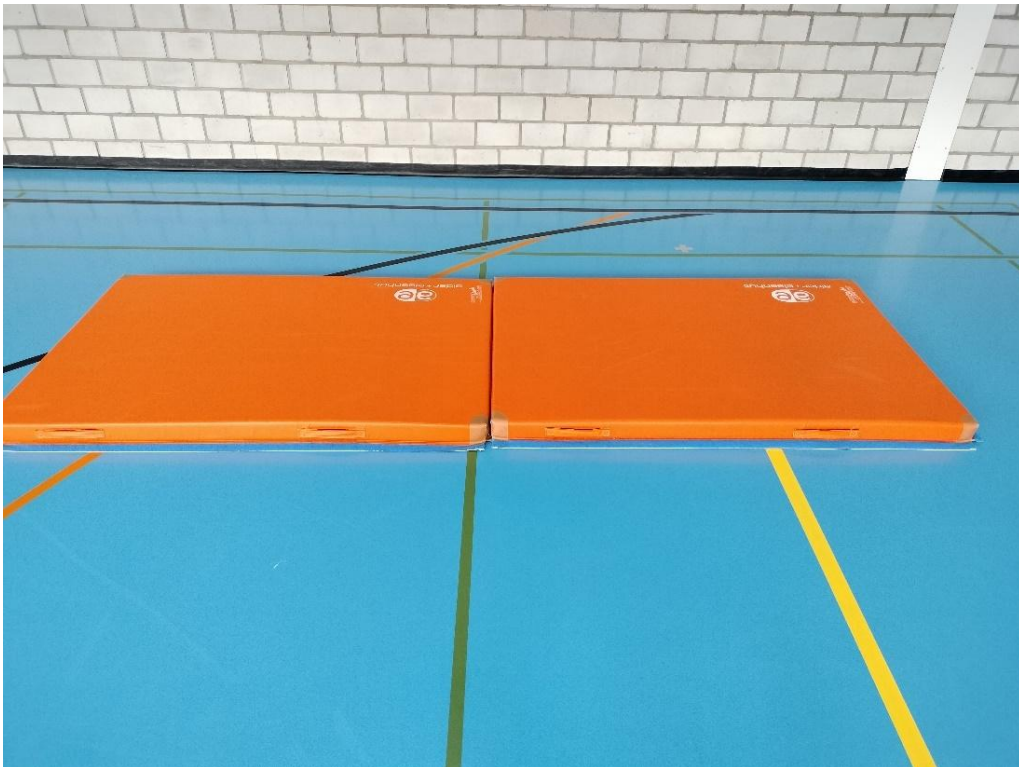
Die Beurteilung der Anwendungssituation erfolgt am Ende der Unterrichtseinheit in einer Doppellektion. Um möglichst viele SuS gleichzeitig zu beschäftigen, können neben der Grundinstallation selbstständig durchführbare Aufgaben oder ein selbstorganisiertes Spiel angeboten werden. Einige Beispiele dazu sind nachfolgend aufgeführt:

- **Gleichgewichtsduelle** – Drei bis vier Kinder stellen sich hinter einer Langbank (normal aufgestellt oder umgedreht) in einer Kolonne auf. Das erste Kind stellt sich in die Mitte der Bank und dreht sich um, um auf seine Gegnerin bzw. seinen Gegner zu warten. Anschliessend halten sich die beiden Kinder an den Händen und versuchen, sich gegenseitig aus dem Gleichgewicht zu bringen. Wer zuerst mit einem Fuss den Boden berührt, hat verloren und reiht sich wieder hinten in der Kolonne ein. Danach ist das nächste Kind an der Reihe. Gewinnt ein Kind drei Duelle in Folge, wählt es eine zusätzliche Herausforderung (z.B. auf einem Bein stehen, die Füsse zusammenhalten oder die Augen schliessen), die es in den folgenden Duellen einhalten muss.
- **Korbwürfe** – Die SuS erzielen mit leichten Bällen möglichst viele Körbe. Geworfen wird von frei gewählten Positionen (z.B. vom Boden, von einer Langbank oder von Kastenelementen). Die Sicherheitsvorgaben für die Nutzung der Kastenelemente werden vorgängig durch die Lehrperson geklärt.
 - *Variante «Duell»:* Von einem festgelegten Startpunkt (z.B. einem Reifen) aus starten zwei Kinder gleichzeitig mit einem Ball in der Hand zu zwei unterschiedlichen Körben. Wer kehrt zuerst zurück, nachdem er oder sie zwei Körbe erzielt hat? Die Kinder fordern sich gegenseitig heraus und wechseln ihre Gegner:innen frei. Bei häufigen Siegen oder einem offensichtlichen Leistungsunterschied kann eine zusätzliche Herausforderung vereinbart werden, beispielsweise durch die Erhöhung der Anzahl der zu erzielenden Körbe.
- **Jonglieren mit dem Badmintonschläger** – Einen Luftballon (oder zwei) mit einem Badmintonschläger in der Luft halten.
- **KAPLA® Turmbau** – Die SuS bauen einen Turm aus KAPLA®-Bausteinen. Um einen neuen Baustein zu erhalten, absolvieren sie jeweils einen einfachen Bewegungsparcours (z.B. Slalom, unter einer Bank hindurchkriechen, über eine umgedrehte Langbank balancieren usw.). Die Reifen, in denen gebaut wird, befinden sich in einiger Entfernung vom KAPLA®-Vorrat. Die Türme können je nach Wahl der SuS alleine oder gemeinsam in einer Gruppe gebaut werden.
- **Puzzle-Challenge** – Die SuS setzen gemeinsam ein grosses oder mehrere kleine Puzzles zusammen. Um jeweils ein Puzzleteil zu erhalten, absolvieren sie einen kurzen Geschicklichkeitsparcours. Die Kinder organisieren sich so, dass bis zum Ende der Lektion mindestens ein Puzzle fertiggestellt wird. Dabei steht nicht der Wettbewerb im Vordergrund: Alle arbeiten zusammen und unterstützen sich gegenseitig beim Lösen eines oder mehrerer Puzzles.
- Weitere den SuS bekannte **Konstruktions- oder Kooperationsspiele**, welche die Feinmotorik fördern.

Boden (vorgeschriebenes Element: Rolle vorwärts)



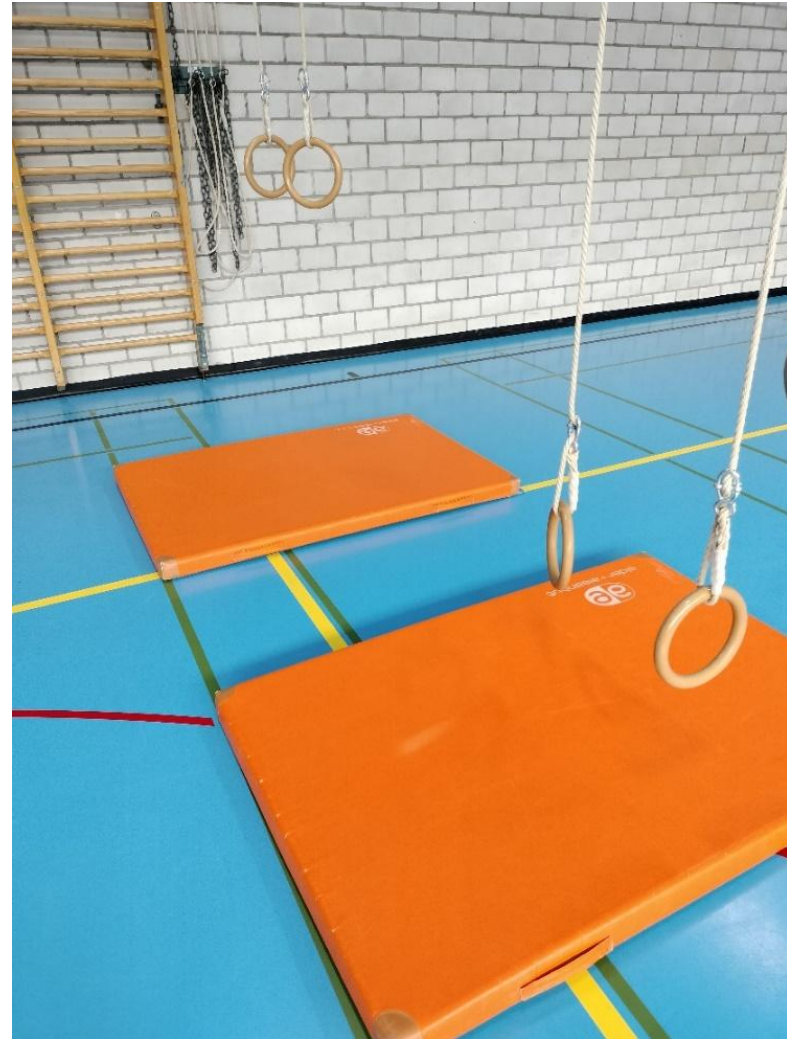
Boden (2 Matten)



Schiefe Ebene



Ringe

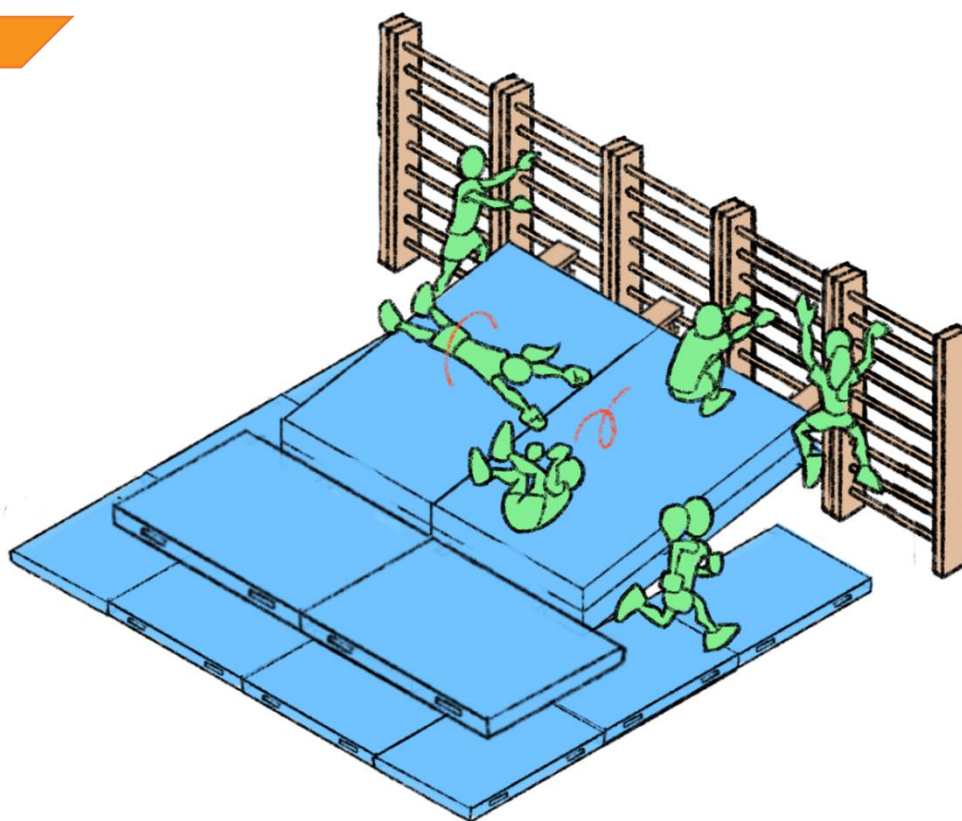


Reck



Kastenoberteil





ALLES DREHT SICH!

MEIN GERÄTETURNPROJEKT

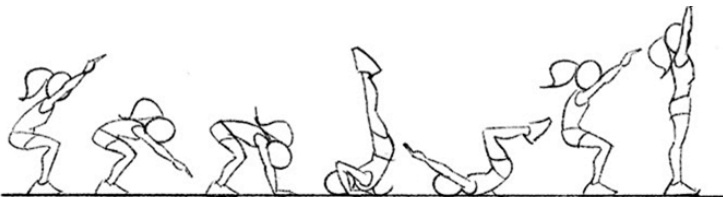
Vorname: _____

Klasse: _____

Vorname meiner Partnerin / meines Partners: _____

Hinweise zur Verwendung dieses Lerndossiers

- Wir empfehlen, dieses Dossier im A3-Format als Broschüre zu drucken.
- Dieses Dossier ist persönlich. Es dient als formatives Lerninstrument und begleitet das Kind während der gesamten Unterrichtseinheit.
- Während der verschiedenen Lektionen beurteilen das Kind, die Partnerin bzw. der Partner und/oder die Lehrperson die Qualität der Ausführung der geübten Elemente. Dazu wird die Anzahl Sterne eingetragen, die dem erreichten Ausführungsgrad des beobachteten Elements entspricht. Die Vergabe erfolgt nach folgenden Kriterien:
 - Die Zahlen in den Feldern geben an, in welcher Lektion die Beurteilung erfolgt ist (1 = Lektion 1, 2 = Lektion 2 usw.).
 - Eine nicht eingekreiste Zahl (1, 2, 3...) steht für eine Selbstbeurteilung;
 - Eine eingekreiste Zahl (1, 2, 3), usw. steht für eine Beurteilung durch die Partnerin bzw. den Partner;
 - Eine Zahl in einem Dreieck 5, 2, 3, usw. steht für eine Beurteilung durch die Lehrperson.

 Name und Bild des Elements	Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
	 Übung noch nicht gut gelungen	 Übung fast gelungen	 Übung sehr gut gelungen	
1 Rolle vorwärts (B) 	1 	2  3	4   5	

- Im Verlauf der Unterrichtseinheit wählt das Kind gemeinsam mit seiner Partnerin bzw. seinem Partner die Elemente aus, die es bei der Beurteilung präsentieren möchte.
- Für die summativ Beurteilung am Ende der Unterrichtseinheit ist die Rolle vorwärts auf der Matte (Station 1) für beide Kinder verpflichtend. Zusätzlich wählt jedes Kind fünf weitere Elemente aus dem Katalog auf den folgenden Seiten aus.

- Nach der summativen Beurteilung am Ende der Unterrichtseinheit füllen die SuS den Selbstbeurteilungsbogen aus und beurteilen die folgenden Kriterien mit einem bis drei Sternen:
 - Erlebte **Freude** während des Projekts
 - **Zusammenarbeit** innerhalb der Zweiergruppe
 - **Fortschritte** während der Unterrichtseinheit
- Die Lehrperson vervollständigt den für die Eltern bestimmten Beurteilungsbogen.
- Ein spezifischer Beurteilungsbogen zur Beurteilung der Ausführungsqualität der **Rolle vorwärts** am Boden (Pflichtelement) ist auf Seite 9 des Lerndossiers verfügbar.

		Beurteilung der Ausführung		
		★ <i>Kriterium noch nicht gut erfüllt</i>	★★ <i>Kriterium weitgehend erfüllt</i>	★★★ <i>Kriterium vollständig erfüllt</i>
Bilder	Ausführungskriterien			
	Die HÄNDE werden auf dem Boden abgestützt.	1 ①	2 ② 3	③ 4 5

KATALOG DER DREHBEWEGUNGEN

STATION 1: BODEN - 1 MATTE → VERPFLICHTENDES ELEMENT

Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		1 → Kind (Selbstbeurteilung)	1 → Partner:in	1 → Lehrperson	
		☆	☆☆	☆☆☆	X

1

Rolle vorwärts (B)

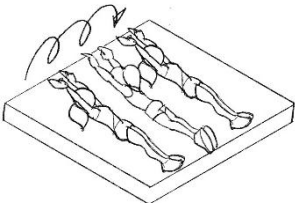
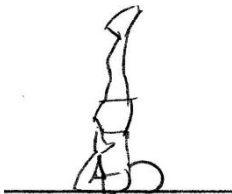
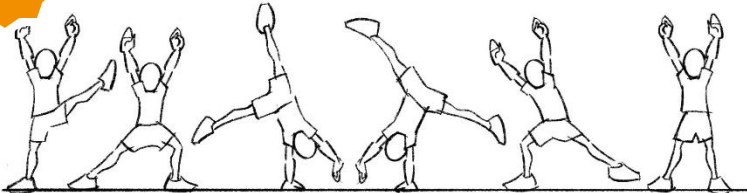
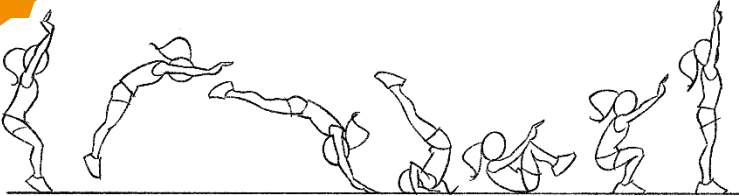


STATION 2: KASTENOBERTEIL

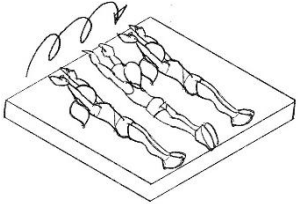
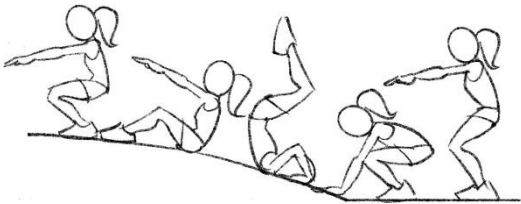
Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		1 → Kind (Selbstbeurteilung)	1 → Partner:in	1 → Lehrperson	
		☆	☆☆	☆☆☆	

2.1 Rad (A)	Sprung ½ Drehung (A)				
2.2 Sprung ½ Drehung (A)	2.3 Sprung 1 Drehung (B)	Sprung 1 Drehung (B)			

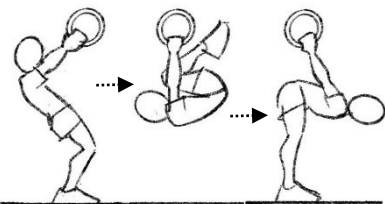
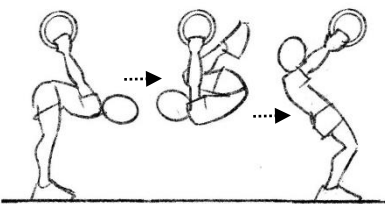
STATION 3: BODEN - 2 MATTEN

Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		1 → Kind (Selbstbeurteilung) ① → Partner:in △ → Lehrperson	☆	☆☆	☆☆☆
	3.1 Rollen seitwärts (A) 				☐
	3.2 Kerze (A) 				☐
	3.3 Rad (B) 				☐
	3.4 Sprungrolle (B) 				☐
	3.5 				☐

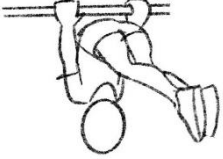
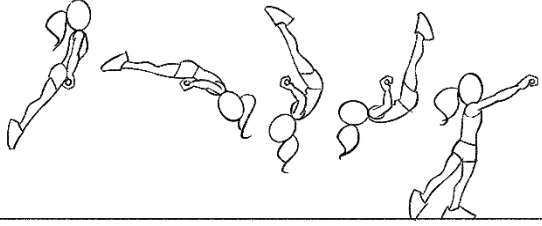
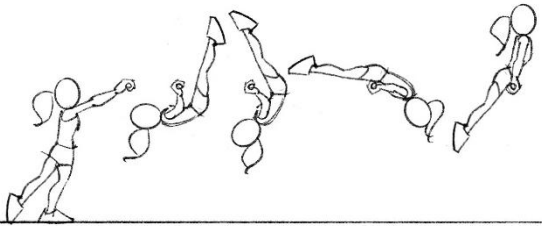
STATION 4: GROSSE MATTE AUF SCHIEFER EBENE

Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		1 → Kind (Selbstbeurteilung)	① → Partner:in	△ → Lehrperson	
		☆	☆☆	☆☆☆	
4.1	Rollen seitwärts (A) ► 16 cm-Matte an die grosse Matte anschliessen 				☐
4.2	Rolle vorwärts (A) 				☐
4.3	Rolle rückwärts (B) 				☐
4.4					☐

STATION 5: RINGE

Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		☆	☆☆	☆☆☆	
5.1 Schraube (A) 				☐	
5.2 Rückwärtsrotation (B) 				☐	
5.3 Vorwärtsrotation (B) 				☐	
5.4				☐	

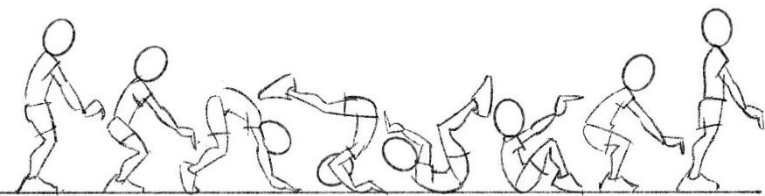
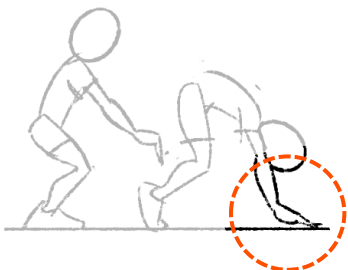
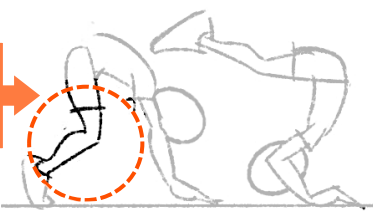
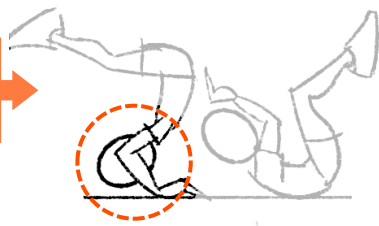
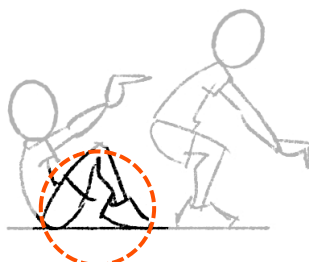
STATION 6: RECK

Name und Bild des Elements		Beurteilung des Erfolgs			Ich wähle dieses Element für meine Präsentation aus.
		1 → Kind (Selbstbeurteilung)	1 → Partner:in	1 → Lehrperson	
		☆	☆☆	☆☆☆	
6.1	Unter der Stange drehen (A) 				☐
6.2	Vorwärtsdrehung zum Stand (A) 				☐
6.3	Felgaufschwung (B) 				☐
6.4					☐

Verpflichtendes Element - Beurteilungsbogen

(auszufüllen durch das turnende Kind, eine Partnerin / einen Partner oder die Lehrperson)

ROLLE VORWÄRTS – BEURTEILUNGSBOGEN

		Beurteilung der Ausführung		
		☆	☆☆	☆☆☆
1	 Die HÄNDE werden auf dem Boden abgestützt.			
2	 Die BEINE stossen den Körper nach vorne ab.			
3	 Der KOPF ist eingezogen und das Kinn zur Brust gezogen.			
4	 Die FÜSSE werden möglichst nahe am Gesäss aufgesetzt, um ohne Hilfe der Hände aufzustehen.			

Selbstbeurteilungsbogen

(vom turnenden Kind am Ende der Unterrichtseinheit auszufüllen)

WIE VIELE STERNE GIBST DU DIR FÜR DIE FOLGENDEN KRITERIEN?

Kreuze bei jedem Kriterium das Kästchen an, das am besten zu deiner eigenen Einschätzung passt.

FREUDE

Wie viel Freude hattest du während dieses Projekts?



Wenig

☐


Mittelmässig

☐


Viel

☐

ZUSAMMENARBEIT

Wie beurteilst du die Zusammenarbeit mit deiner Partnerin oder deinem Partner?



Mittelmässig

☐


Gut

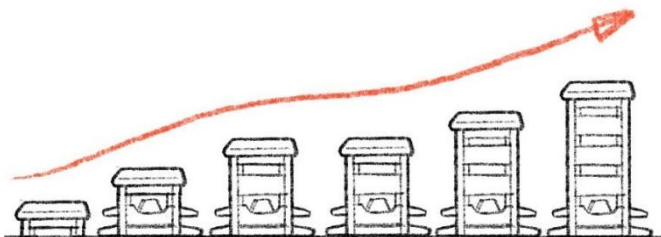
☐


Sehr gut

☐

FORTSCHRITTE

Wie beurteilst du deine Fortschritte während dieses Projekts?



Klein

☐


Mittelmässig

☐


Gross

☐

Beurteilungsbogen für die Eltern

(von der Lehrperson auszufüllen)

Name und Vorname des Kindes	LP21 / Kompetenzbereich	Datum der Beurteilung
	Bewegen an Geräten	

Summative Beurteilung 3-4H – Bewegen an Geräten

Angestrebte Kompetenz: Zu zweit eine Folge aus verschiedenen Drehungen an unterschiedlichen Geräten gestalten und präsentieren.

TEIL 1: VOR DER SUMMATIVEN BEURTEILUNG

Individuelle Kriterien und Indikatoren

		Anzahl Punkte:	Realisiert	Max.	Mindestanforderung
Zusammenarbeit	✓ Sucht bei Meinungsverschiedenheiten nach Lösungen.				
	✓ Nimmt angebotene Hilfe an.			4 Pkte	3 Pkte
	✓ Engagiert sich beim Aufstellen des Materials und hält die Sicherheitsregeln ein.				
Zwischentotal 1:				4 Pkte	3 Pkte

TEIL 2: WÄHREND DER SUMMATIVEN BEURTEILUNG

Individuelle Kriterien und Indikatoren

		: Anzahl Punkte:	Realisiert	Max.	Mindestanforderung
Qualität der Ausführungen	✓ Flüssige Rotationen				
	✓ Sichere Landungen			12 Pkte	8 Pkte
Zwischentotal 2:				12 Pkte	8 Pkte

Kollektive Kriterien und Indikatoren

Beide Mitglieder des Zweierteams erhalten dieselbe Punktzahl.

		Anzahl Punkte:	Realisiert	Max.	Mindestanforderung
Synchronisation	✓ Begrüssung am Anfang und am Ende				
	✓ Fortbewegungen zwischen den Geräten			4 Pkte	3 Pkte
Zwischentotal 3:				4 Pkte	3 Pkte
Total der kollektiven und individuellen Punkte:				20 Pkte	14 Pkte

Beurteilungsskala und Mindestanforderungen:

Punkte	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Beurteilung																				

Unterschrift der Eltern: _____