



## Ausbildung Primarstufe

# Manual zum integrierten Bachelorabschluss in Bewegung und Sport H22/F23

<b>Allgemeine Informationen</b>	<b>1</b>
<b>Teil 1a: Spielen</b>	<b>2</b>
<b>Teil 1b: Laufen-Springen-Werfen</b>	<b>4</b>
<b>Teil 1c: Tanzen</b>	<b>6</b>
<b>Teil 2: Schriftliche Prüfung</b>	<b>7</b>

# Allgemeine Informationen

## Teil 1: Demonstration von Bewegungsfolgen

Die Studierenden wählen aus den folgenden drei Bereichen (a-c) je eine Bewegungsabfolge aus, die sie demonstrieren.

<b>a. Spielen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fussball</li><li>- Unihockey</li><li>- Handball</li><li>- Basketball</li></ul>	<b>b. Laufen-Springen-Werfen:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Steigspringen</li><li>- Ballwurf mit Anlauf</li></ul>	<b>c. Tanzen</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Breakdance</li><li>- Dance Basics</li><li>- Streetdance</li><li>- Jumpstyle</li></ul> (= vorgegebene Tänze)
---	---	--

Die ausgewählten Bewegungsfolgen werden in Form einer Videoaufnahme auf Moodle eingereicht. Eine nicht termingerecht eingereichte Videoaufnahme wird mit 0 Punkten bewertet. Einmal hochgeladene Videos können nicht mehr ausgetauscht werden.

<b>Dateiformate</b>	.mov, .avi, .mp4, .wmv
<b>Videobeschriftung</b>	name.vorname_element (z.B. bond.james_ballwurf oder bond.james_dance basics)
<b>Abgabetermin Videos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Spielen</li><li>- Laufen-Springen-Werfen</li><li>- Tanzen</li></ul>	<b>2. Juni 2023</b>

## Teil 2: Schriftliche Prüfung

**Montag, 22.05.2023, ca. 17.15 – 18.15** (def. Zeitpunkt wird im F23 festgelegt)

Grundlage für die schriftliche Prüfung bilden die Skripte der Ausbildung Bewegung und Sport (Grundlagen Bewegung und Sport, Bewegen an Geräten, Bewegen im Wasser, Spielen, Laufen-Springen-Werfen und Tanzen).

### Beurteilung

Maximal erreichbare Punktezahl = 56

Teil 1 = 24 Punkte (3 x 8 Punkte)

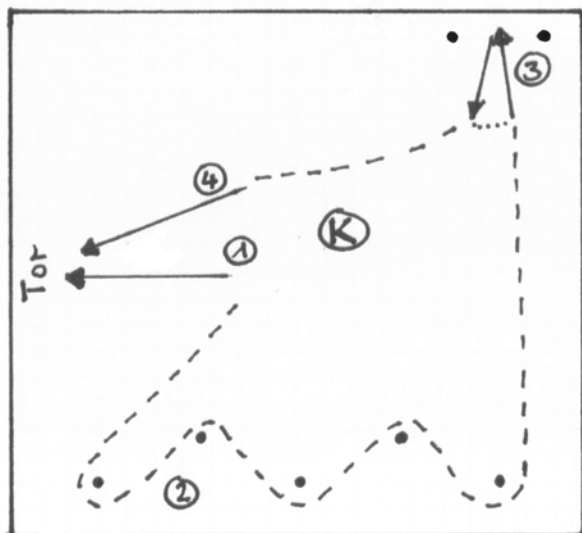
Teil 2 = 32 Punkte

Erfüllt: 33 Punkte

Bei ungenügender Note muss die gesamte Prüfung (Teil 1 und Teil 2) wiederholt werden. Es ist nur **eine Wiederholung** möglich.

## Teil 1a: Spielen

### Vorgaben Spielparcours



Der Spielparcours wird in einer halben Sporthalle oder im Freien durchgeführt.

1. Abschluss 1
2. Dribbling
3. Pass an Wand
4. Abschluss 2

Distanz zwischen Malstäben:

- Slalom: In der Länge 2m, in der Breite 1m
- Pass: 3m

K = Kamerastandort

Die Kamera verfolgt die gesamte Bewegung.  
Die ausführende Person erscheint voll im Bild.  
Ihre Bewegungen sind gut zu erkennen.

### Beurteilungskriterien Fussball

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Abschluss 1: Erfolgreicher Torschuss (stehender Ball)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss des stehenden Balles erfolgt mit Voll- oder Innenrist.</li> <li>• Das Tor wird getroffen.</li> <li>• Die Distanz zum Tor (6m=Handballkreis) wird eingehalten.</li> </ul>	1
Sicheres beidfüssiges Dribbling	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Ball wird abwechselnd links und rechts am Fuss geführt.</li> <li>• Die Malstäbe werden nicht berührt, der Ball wird vom Körper geschützt, d.h. der Körper ist möglichst zwischen dem Ball und dem Malstab.</li> <li>• Die Ballkontrolle ist durchwegs vorhanden.</li> </ul>	2
Gezielter Pass an Wand oder zu Mitspieler/in (Distanz ca. 3m)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Zuspiel erfolgt flach mit Innenrist.</li> <li>• Der Ball wird technisch korrekt an- und mitgenommen.</li> </ul>	1
Abschluss 2: Erfolgreicher Torschuss (aus dem Lauf)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss erfolgt aus dem Lauf.</li> <li>• Das Tor wird satt getroffen.</li> <li>• Die Distanz zum Tor (6m=Handballkreis) wird eingehalten</li> </ul>	1
Dynamische Ausführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Parcours wird in spielangepasstem Tempo ohne Unterbrüche absolviert.</li> </ul>	3

Material: 2 Fussbälle, 7 Malstäbe

Als Tor wird ein Schwedenkasten, eine Matte oder ein Malstabtor verwendet.

## Beurteilungskriterien Unihockey

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Abschluss 1: Erfolgreicher Torschuss (stehender Ball)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss des stehenden Balles ist ein Schlagschuss.</li> <li>• Das Tor wird getroffen.</li> <li>• Die Distanz zum Tor (6m=Handballkreis) wird eingehalten.</li> </ul>	1
Sicheres Dribbling mit Vor- und Rückhandseite	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Ball wird eng an der Schaufel geführt.</li> <li>• Die Malstäbe werden nicht berührt, der Ball wird vom Körper geschützt, d.h. der Körper ist möglichst zwischen dem Ball und dem Malstab.</li> <li>• Die Ballkontrolle ist durchwegs vorhanden.</li> </ul>	2
Gezielter Pass an Wand oder zu Mitspieler/in (Distanz ca. 3m)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Zuspiel erfolgt zielgerichtet.</li> <li>• Das Zuspiel wird technisch korrekt ausgeführt.</li> <li>• Der Ball wird technisch korrekt an- und mitgenommen.</li> </ul>	1
Abschluss 2: Erfolgreicher Torschuss aus dem Lauf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss aus dem Lauf ist ein gezogener Schuss.</li> <li>• Das Tor wird satt getroffen.</li> <li>• Die Distanz zum Tor (6m=Handballkreis) wird eingehalten</li> </ul>	1
Dynamische Ausführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Parcours wird in spielangepasstem Tempo ohne Unterbrüche absolviert.</li> </ul>	3

Material: UH-Stock, 2 UH-Bälle, 7 Malstäbe

Als Tor wird ein Schwedenkasten, eine Matte oder ein Malstabtor verwendet.

## Beurteilungskriterien Handball

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Abschluss 1: Erfolgreicher Torschuss (Standwurf)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss aus dem Stand ist ein Kernwurf.</li> <li>• Das Tor wird getroffen.</li> <li>• Die Distanz zum Tor (6m=Handballkreis) wird eingehalten.</li> </ul>	1
Sicheres Dribbling (ohne- Handwechsel)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Dribbling erfolgt korrekt, ohne Schritt- oder Dribblingfehler.</li> <li>• Die Malstäbe werden nicht berührt</li> </ul>	2
Gezielter Pass an Wand oder zu Mitspieler/in (Distanz ca. 3m)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Zuspiel erfolgt in angemessener Stärke.</li> <li>• Der Ball wird sicher gefangen.</li> </ul>	1
Abschluss 2: Erfolgreicher Torschuss (Sprungwurf)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Torschuss aus dem Lauf ist ein Sprungwurf.</li> <li>• Das Tor wird satt getroffen.</li> <li>• Der Absprung erfolgt vor der Handballkreislinie.</li> </ul>	1
Dynamische Ausführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Parcours wird in spielangepasstem Tempo ohne Unterbrüche absolviert.</li> </ul>	3

Material: 2 Handbälle, 7 Malstäbe

Als Tor wird ein Schwedenkasten, eine Matte oder ein Malstabtor verwendet.

## Beurteilungskriterien Basketball

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Abschluss 1: Erfolgreicher Korbwurf (Standwurf)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Standwurf erfolgt technisch korrekt.</li> <li>• Der Korbwurf ist erfolgreich.</li> <li>• Die Distanz zum Korb beträgt 2-3m.</li> </ul>	1
Sicheres Dribbling mit Handwechsel	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Dribbling erfolgt korrekt, ohne Schritt- oder Dribblingfehler.</li> <li>• Die Malstäbe werden nicht berührt, der Ball wird vom Körper geschützt, d.h. der Körper ist möglichst zwischen dem Ball und dem Malstab.</li> </ul>	2
Gezielter Pass an Wand oder zu Mitspieler/in (Distanz ca. 3m)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Das Zuspiel erfolgt in angemessener Stärke.</li> <li>• Der Ball wird korrekt gefangen oder direkt mitgenommen.</li> </ul>	1
Abschluss 2: Erfolgreicher Korbleger aus Dribbling	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Korbleger erfolgt technisch korrekt, ohne Schrittfehler.</li> <li>• Der Korbwurf ist erfolgreich.</li> </ul>	1
Dynamische Ausführung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Der Parcours wird in spielangepasstem Tempo ohne Unterbrüche absolviert.</li> </ul>	3

Material: 2 Basketbälle, 1 Basketballkorb, 7 Malstäbe

## Teil 1b: Laufen – Springen – Werfen

### Vorgaben Steigspringen



⇒ ein Durchgang  
(bessere Seite über 4 Hindernisse)

Die Übung ist unter folgendem Link beschrieben und in einem Video einsehbar:

[www.mobilesport.ch/leichtathletik/leichtathletik-tests-4-2-steigspringen-uber-hindernisse-niveau-4-u12u14/](http://www.mobilesport.ch/leichtathletik/leichtathletik-tests-4-2-steigspringen-uber-hindernisse-niveau-4-u12u14/)

### Beurteilungskriterien

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Aktive Fussarbeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktiver Füsseinsatz beim Absprung (kurzer Bodenkontakt)</li> </ul>	2
Vollständige Körperstreckung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vollständige Streckung des Sprungbeines (Kniegelenk gestreckt)</li> <li>• Streckung des Hüftgelenkes</li> </ul>	4
Einsatz der Schwungelemente	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwungbein: Oberschenkel horizontal</li> <li>• Unterstützung durch Arme: Gegenarm vorne hoch</li> </ul>	2

### Vorgaben Ballwurf mit 3-Schritt-Anlauf



⇒ 1 Wurf aus 3-Schritt-Anlauf

⇒ mit 200g-Ball oder Tennisball

### Beurteilungskriterien

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Korrekt Anlauf	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Impulsschritt, Fuss ungefähr in Laufrichtung (= zweiter Schritt) <ul style="list-style-type: none"> <li>- flach und lang</li> <li>- führt in Körperrücklage</li> </ul> </li> </ul>	2
Korrekte Wurfbewegung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beginn der Wurfbewegung mit Vorbringen der Hüfte</li> <li>• Wurfarmbewegung: <ul style="list-style-type: none"> <li>- aus lockerer Streckung</li> <li>- über hohen Ellbogen zum Abwurf über Kopf</li> </ul> </li> </ul>	2
Korrekte in Abwurfposition	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Blockierung des Anlaufes mit Stemmbein</li> </ul>	1
Dynamische Gesamtbewegung	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beschleunigung über den gesamten Bewegungsablauf</li> </ul>	3

### **Kamerastandort**

- Wurf: quer zur Wurfrichtung, auf Seite der Wurfhand (analog Reihenbild), auf Höhe des Abwurfs
- Lauf: in der Mitte der Laufstrecke
- Die Kamera verfolgt die gesamte Bewegung. Die ausführende Person erscheint voll im Bild.
- Ihre Bewegungen sind gut zu erkennen.
- Keine Gegenlichtaufnahme!

## Teil 1c: Tanzen

Die vier zur Auswahl stehenden Tänze weisen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade auf, was sich in einer unterschiedlichen maximal erreichbaren Punktzahl ausdrückt.

Breakdance und Jumpstyle sind einfacher: maximal erreichbare Punktzahl = 6

Dance Basics und Streetdance sind schwieriger: maximal erreichbare Punktzahl = 8

Es wird empfohlen, den Tanz in einem grossen Raum aufzunehmen, damit eine optimale Bewegungsqualität möglich ist.

Es spielt keine Rolle, ob die Bewegungsfolge mit rechts oder links begonnen wird.



<http://dance360-school.ch/de/tanzclips>

Tanzstil: Breakdance

Kombis (4x8 Zeiten)

Level: Mittelstufe

⇒ Die Musik ist selber zu wählen. Sie darf nicht aus dem Demovideo übernommen werden.

⇒ Musiktempo: 105-115 bpm

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Korrektes Einzählen	Das Einzählen erfolgt laut, deutlich und signalisiert den Start. Es wird so eingezählt, dass der Tanzstart auf „1“ erfolgt.	1
Korrekte und präzise Bewegungsabfolge	Die Tanzkombi wird korrekt demonstriert, die Bein-, Arm und Körperbewegungen entsprechen jenen auf dem Videobeispiel.	2
Rhythmische Korrektheit	Die Bewegungsfolge wird rhythmisch korrekt demonstriert.	1
Bewegungsqualität	Die Bewegungsqualität ist gekennzeichnet durch deutliche und grosszügige Bewegungen welche dem Tanzstil entsprechend ausgeführt werden.	2



<http://dance360-school.ch/de/tanzclips>

Tanzstil: Jumpstyle

Kombis (4x8 Zeiten)

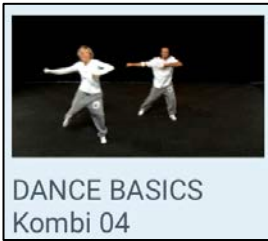
Level: Mittelstufe

⇒ Die Musik ist selber zu wählen. Sie darf nicht aus dem Demovideo übernommen werden.

⇒ Musiktempo: 120-130 bpm

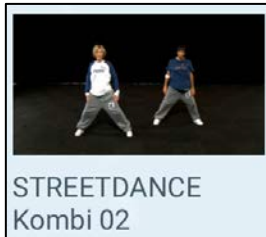
Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Korrektes Einzählen	Das Einzählen erfolgt laut, deutlich und signalisiert den Start. Es wird so eingezählt, dass der Tanzstart auf „1“ erfolgt.	1
Korrekte und präzise Bewegungsabfolge	Die Bewegungsabfolge wird durchgehend korrekt demonstriert, die Beinbewegungen entsprechen durchgehend jenen auf dem Videobeispiel.	2
Rhythmische Korrektheit	Die Bewegungsfolge wird rhythmisch korrekt demonstriert.	1
Bewegungsqualität	Die Bewegungsqualität ist gekennzeichnet durch deutliche und grosszügige Bewegungen. Die Arme unterstützen das Springen und werden koordiniert einbezogen. Die Sprünge sind durchgehend dynamisch gesprungen.	2





<http://dance360-school.ch/de/tanzclips>  
 Tanzstil: Dance Basics  
 Kombis (5x8 Zeiten)  
 Level: Mittelstufe

⇒ Die Musik ist selber zu wählen. Sie darf nicht aus dem Demovideo übernommen werden.  
 ⇒ Musiktempo: 100-110 bpm



<http://dance360-school.ch/de/tanzclips>  
 Tanzstil: Streetdance  
 Kombis (4x8 Zeiten)  
 Level: Mittelstufe

⇒ Die Musik ist selber zu wählen. Sie darf nicht aus dem Demovideo übernommen werden.  
 ⇒ Musiktempo: 75-85 bpm

Kriterien	Indikatoren	Pkte.
Korrektes Einzählen	Das Einzählen erfolgt laut, deutlich und signalisiert den Start. Es wird so eingezählt, dass der Tanzstart auf „1“ erfolgt.	1
Korrekte und präzise Bewegungsabfolge	Die Tanzkombi wird korrekt demonstriert, die Bein-, Arm und Körperbewegungen entsprechen jenen auf dem Videobeispiel.	2
Rhythmische Korrektheit	Die Bewegungsfolge wird rhythmisch korrekt demonstriert.	2
Bewegungsqualität	Die Bewegungsqualität ist gekennzeichnet durch deutliche und grosszügige Bewegungen welche dem Tanzstil entsprechend ausgeführt werden.	3

### Kamerastandort

- Frontal zur Ausführung.
- Die Kamera verfolgt die gesamte Bewegung.
- Die ausführende Person erscheint voll im Bild, ihre Bewegungen sind gut zu erkennen.
- Keine Gegenlichtaufnahme!

## Teil 2: Schriftliche Prüfung

### Grundlagen für die Prüfungsvorbereitung:

Achtung! Skripte mit dem vorgegebenen Jahrgang verwenden!

- Skript Grundlagen Bewegung und Sport, BS01 (H20 oder F21)
- Skript Bewegen an Geräten, BS02.1 (H21)
- Skript Bewegen im Wasser, BS02.2 (F22)
- Skript Spielen, BS03.1 (H22)
- Skript Laufen, Springen, Werfen und Tanzen, BS03.2 (F23)

### Form

Schriftliche Prüfung

### Inhalt

Fachdidaktische und fachwissenschaftliche Inhalte der drei Studienjahre können in Praxisbeispielen angewendet werden.

Folgende Inhalte werden geprüft:

### Technikmodelle und Methodisches Konzept

#### Leistungsmodell

- Sie können den Nutzen des Leistungsmodells begründen.
- Sie verstehen die Bedeutung der Begriffe und deren Abhängigkeiten/Wechselwirkungen im Leistungsmodell.
- Sie können sportlichen Leistungen der Schüler/innen (z.B. Zielelemente, Sportspiele, koordinativen Bewegungsfolgen etc.) im Leistungsmodell verorten.

#### Kernmodelle

- Bewegen an Geräten,
  - Laufen, Springen, Werfen,
  - Darstellen und Tanzen
  - Schwimmen (Technikmodell)
  - Spielen (TGA-Modell, Spielvermittlungskonzept)
- Sie können den Nutzen und den grundsätzlichen Aufbau der Kernmodelle begründen.
  - Sie verstehen die Begriffe in den Kernmodellen.
  - Sie können Kernelemente in Kernbewegungen und Zielelementen lokalisieren.

#### Methodisches Konzept

- Sie können die drei Lernstufen beschreiben.
- Sie können ausführen, worauf bei der Gestaltung der Aufgaben/des Unterrichts für die verschiedenen Lernstufen geachtet werden muss und können dies in der Umsetzung erkennen.
- Sie können den Erwerb/Aufbau von Kompetenzen anhand von Kernmodellen und dem Methodischen Konzept begründen.

### Kompetenzorientierter Sportunterricht

- Sie können die Bedeutung und den Nutzen des Fachs Bewegung und Sport als Teil des gesamten Curriculums der Primarstufe begründen.

#### Pädagogische Perspektiven

- Sie können den Sinn und Zweck der pädagogischen Perspektiven erklären.
- Sie können Inhalte mit den verschiedenen pädagogischen Perspektiven verknüpfen, entsprechend akzentuieren und den Unterricht diesbezüglich gestalten.
- Sie können aufzeigen und begründen, wie Unterricht gestaltet wird, in welchem Kinder lernen, sich in risikoreichen Situationen zu bewähren.

## **8 Merkmale kompetenzorientierten Sportunterrichts**

- Sie kennen die 8 Merkmale von kompetenzorientiertem Sportunterricht, können diese begründen, erkennen und anwenden.
- Sie können Aufgaben aufgrund der Merkmale kompetenzorientierten Unterrichts analysieren und selber formulieren.

### **Bewegungslernen initiieren und begleiten**

- Sie kennen das Pädagogische Konzept (Förderkreislauf im Sportunterricht).
- Sie wissen, was bei der Beobachtung/Analyse von Bewegungsleistungen beachtet werden muss und können lernwirksame Rückmeldungen geben und Fördermassnahmen ableiten und initiieren.

### **Beurteilen**

- Sie können die allgemeinen Grundsätze der formativen und summativen Beurteilung auf das Fach Sport übertragen und deren Anwendung in spezifischen Situationen (z.B. summativ Beurteilung einer Bewegungsfolge an den Ringen) aufzeigen und begründen.

### **Aufwärmen**

- Sie kennen die Grundsätze und Wirkungen des Aufwärmens und können ein Aufwärmen entsprechend analysieren oder gestalten.

### **Variieren**

- Sie verstehen das Prinzip des Übens durch Variieren, kennen verschiedene Variationsansätze und können diese in verschiedenen Kompetenzbereichen anwenden.

### **Bewegen an Geräten und Laufen, Springen, Werfen**

- Sie kennen die Technikmerkmale (Kriterien) der aufgeführten Zielelemente und können diese in der Ausführung der Bewegung erkennen.
  - o Kompetenzbereich Bewegen an Geräten: Handstand, Rad, Rolle vorwärts, Felgaufschwung, Schaukeln an den Ringen mit  $\frac{1}{2}$  Drehung, Streck sprung am Minitrampolin, Grätsch sprung am Bock
  - o Kompetenzbereich Laufen, Springen, Werfen: Schnell Laufen, Hochsprung (Scherensprung), Weitsprung (Schrittsprung), Wurf aus 3-Schritt-Anlauf

### **Spielen**

- Sie kennen die für den Schulsport relevanten Regeln für die Sportspiele Fussball, Handball, Basketball und Unihockey und können Massnahmen bei Regelverstössen beschreiben.
- Sie können die Sportspiele pädagogisch auf die Primarschulstufe anpassen.
- Sie können das Spielvermittlungskonzept beschreiben und dessen Anwendung begründen.
- Sie können Sportspiele initiieren und stufengerecht entwickeln.

### **Sicherheit und Organisation**

- Sie kennen die Grundlagen zur Sicherheit im Sportunterricht und können diese auf spezifische Sportsituationen (z.B. Klettern, Turnen an Geräten, Kämpfen etc.) übertragen und begründen.