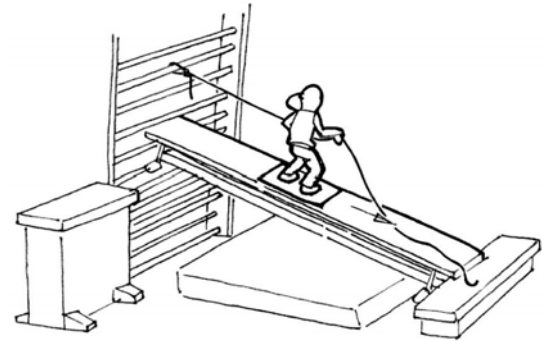




Stufe	Vorschule
Dimension	Sachkompetenz
Teildimension	Rutschen und Gleiten
Kompetenz	Beim Rutschen und Gleiten das Gleichgewicht halten können
Niveau B	Ich kann stehend gleiten/rutschen, ohne das Gleichgewicht zu verlieren.



## Snowboarden

### Aufgabe und Durchführung

Das Kind steht seitwärts auf einem umgedrehten Teppichstück, das sich auf einer schräg gestellten Langbank oder Rutschbahn befindet. Es hält sich an einem Seil fest, das am einen Ende an der Sprossenwand befestigt ist. Nun rutscht es die schräge Ebene hinunter, während es das Seil vor dem Körper langsam durch die Hände laufen lässt.

### Bewertung/ Anforderung

Die mit einem Stern\* versehenen Beobachtungspunkte müssen zutreffen, damit der Test erfüllt ist.

### Beobachtungspunkte



Das Kind...

- ...kann beim Rutschen das Gleichgewicht halten, bis es unten ankommt.\*
- ...kann sich den Teppich selber zurechtlegen und sich auf die Fahrt nach unten vorbereiten. Die Lehrperson hält lediglich den Teppich oben fest, damit er nicht runterrutscht.\*
- ...zeigt eine aufrechte Körperhaltung und kann Widerstand aufbauen.
- ...hält die Knie leicht gebeugt.



- ...ist verkrampft (hat Angst).
- ...verliert das Gleichgewicht.
- ...kann gegen das Seil keinen Widerstand aufbauen und fällt beim Gleiten zur Sprossenwand, während der Teppich nach unten wegrutscht.
- ...ermüdet schnell.

### Anweisung für die Kinder

«Nun darfst du mit dem Snowboard den Hang hinunter fahren. Klettere über die Sprossenwand oder über den Schwedenkasten auf die Langbank. Lege dir den Teppich, also dein Snowboard oben auf der Langbank bereit, damit du seitwärts drauf stehen kannst. Halte dich dabei immer noch an der Sprossenwand fest. Nun nimmst du das Seil und hältst dich daran fest und lässt die Sprossenwand los. Du nimmst die Snowboardhaltung ein. Deine Beine sollten also leicht gebeugt sein, damit du das Gleichgewicht besser halten kannst. Wenn du bereit bist, lässt du dich am Seil langsam den Hang runter. Schaffst du eine Talfahrt?»

### Aufbau

1 Langbank wird auf der 8. Sprosse eingehängt. Um das Aufsteigen auf die Langbank zu erleichtern, kann an der Sprossenwand ein Schwedenkasten neben die Langbank gestellt werden. Wenn die Lehrperson hinter dem Kind sichert, braucht es keine Matten.

<b>Material</b>	1 Seil ca. 3 Meter lang, Sprossenwand, 1 Langbank, 1 Teppichfliese, 1 Schwedenkastendeckel	
<b>Quelle</b>	-	
<b>Praktische Umsetzung und Erfahrungswerte</b>	Zeit	ca. 3-5 Min. pro Kind
	Organisation	Diese Testaufgabe soll als eine Station eingerichtet werden, die neben vielen anderen, wo selbständiges Tätigsein möglich ist, angeboten wird. Dadurch soll das Vorturnen und somit das Blossstellen verhindert werden. Max. 4 Kinder sollen an dieser Station sein.
	Testpersonen	2 Kinder rutschen abwechslungsweise.
	Probleme	Das Kind sollte darauf aufmerksam gemacht werden, dass es das Seil nicht zu schnell durch die Hände gleiten soll, da es sonst sehr heiss werden könnte. Um zu sichern steht die Lehrperson hinter dem Kind. Sie greift nur ein, um einen Sturz zu verhindern.