

Lernziel Technik Schrittsprung:

Ich kann mit aufrechtem Oberkörper und Schwungbeineinsatz abspringen, im Flug eine weite Schrittstellung einnehmen und mit den Füßen vor dem Gesäss landen.

Name: _____

Beurteilungskriterien:

Lernziel erfüllt:

- Absprung: Sprungbein gestreckt
- Oberkörper aufrecht, Schrittstellung sichtbar
- Landung: Füße vor Gesäss

LZ übertroffen:

- oben beschriebene Kriterien erfüllt
- Schwungbein wird blockiert (ca. rechter Winkel)
- Flugphase: Schrittstellung deutlich, lange

LZ weit übertroffen:

- oben beschriebene Kriterien erfüllt
- dynamische, schnelle Bewegung
- Landung: Füße deutlich vor Gesäss