

Lernziel Stoss-Wurfübung – Leichtathletiktest 4.4:

Ich kann re und li den Basketball aus 3-Schrittanlauf an die Wand stossen, den zurückfliegenden Ball fangen und anschliessend einen Fussballeinwurf mit 3-Schrittanlauf ausführen.

Name: _____

Beurteilungskriterien:

Lernziel erfüllt:

- korrekte Schrittfolge (Rhythmus jam-ta-dam)
- hintereinander je 2x li-re-li und 2x re-li-re ausführen
- nach dem Stossen muss der Ball gefangen werden
- Ball fliegt über Ziellinie; für Md 4m / Kn 6m

LZ übertroffen:

- oben beschriebene Kriterien erfüllt
- Ball vor dem Wegstossen am Hals
- Stemmbein gestreckt

LZ weit übertroffen:

- oben beschriebene Kriterien erfüllt
- deutliche Ganzkörperstreckung, Ellbogen hoch
- Ball fliegt weiter zurück: Md 6m / Kn 8m