

MOVEMENT FOR SPORT PLAYKIT

**EIN SPIELBASIERTES TOOL ZUR
ENTWICKLUNG UND BEWERTUNG
VON MOTORISCHEN FÄHIGKEITEN
BEI KINDERN ZWISCHEN 6 UND
12 JAHREN**



INHALTS VERZEICHNIS

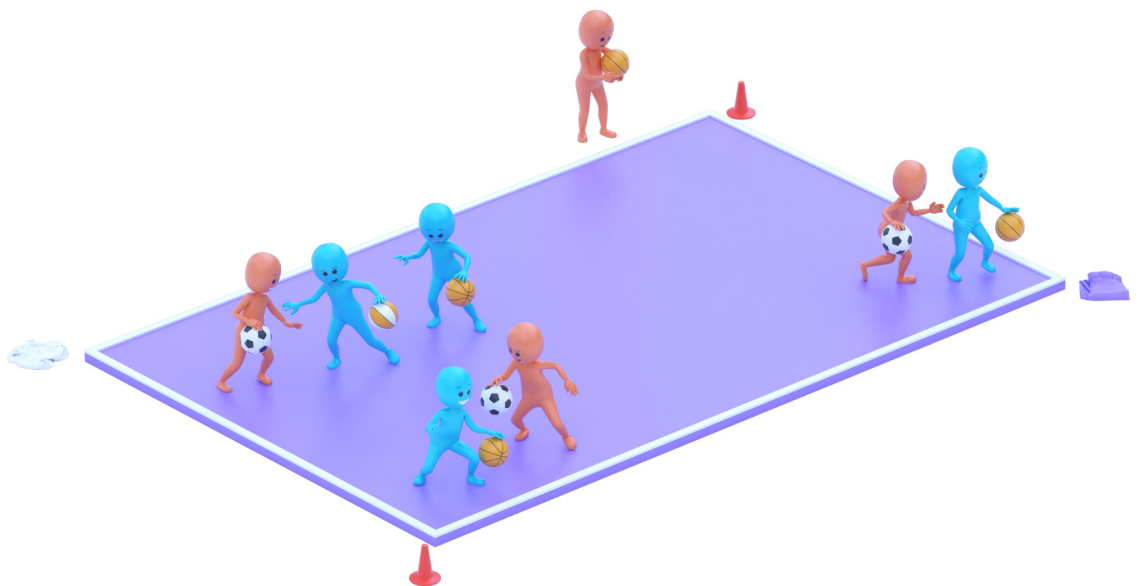
1 EINFÜHRUNG

2 ANLEITUNGEN UND FAQs

3 AKTIVITÄTENKARTEN, BEWERTUNGSKRITERIEN UND QR-CODES

4 LEITFADEN ZUR ANPASSUNG VON RAUM, BELASTUNG UND INTERAKTION

5 AUSFÜHRLICHE BEWERTUNGSKRITERIEN



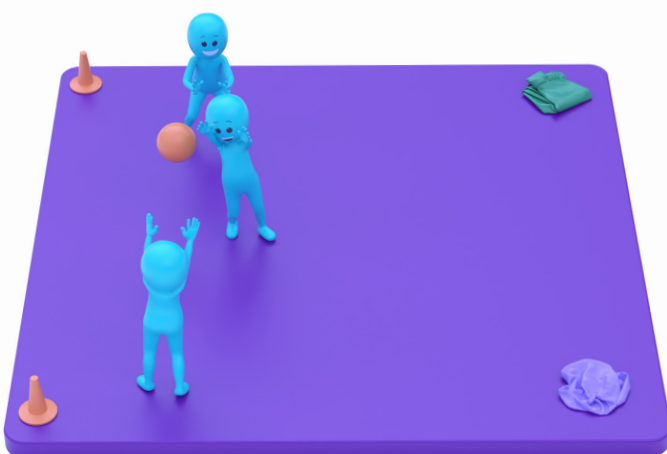
WILLKOMMEN BEIM MOVEMENT FOR SPORT PLAYKIT!

WOZU BRAUCHEN WIR EIN MOVEMENT FOR SPORT PLAYKIT?

Kinder bewegen sich heute so wenig wie keine Generation vor ihnen. Nur 20 % der Kinder kommen auf die von der Weltgesundheitsorganisation empfohlenen 60 Minuten Bewegung pro Tag. Es besteht eine direkte positive Verbindung zwischen der Bewegungshäufigkeit von Kindern und ihrer physischen Aktivität. Es ist also überaus wichtig, dass wir Kinder auf unterhaltsame und positive Weise dabei unterstützen, Bewegungsabläufe zu erlernen, damit sie ihr Leben lang Spaß an körperlicher Aktivität und Sport haben.

WELCHE FUNKTION HAT DAS PLAYKIT?

Mit diesem Playkit können Coaches Kinder von 6 bis 12 Jahren mit unterhaltsamen und zunehmend herausfordernden Aktivitäten dabei unterstützen, die volle Bandbreite an Bewegungsabläufen in puncto Stabilität, Beweglichkeit und Motorische Koordination zu entwickeln. Es stellt Coaches die nötigen Tools bereit, um die Bewegungsabläufe von Kindern bei unterschiedlichen Aktivitäten auf unkomplizierte Weise zu bewerten und ihre Motivation aufrechtzuerhalten. Coaches können das Playkit in jedes Sportprogramm integrieren.



WAS BEINHALTET DAS PLAYKIT?

1. Anleitungen, Aktivitäten und grundlegende Bewertungskriterien
2. Nähere Hinweise zur Anpassung von Aktivitäten: Raum, Belastung und Interaktion (SER: Space, Effort, Relationship)
3. Ausführliche Bewertungskriterien für den gesamten Körper
4. FAQs

ANLEITUNGEN: Erklärung der Spielregeln und Bewertung der Bewegungsabläufe.

AKTIVITÄTEN: Das Playkit umfasst 14 Aktivitätenkarten, auf denen Spielregeln sowie Bewertungskriterien der Bewegungsabläufe skizziert sind. Die Aktivitäten sind darauf ausgerichtet, die nach Bewegungsart (Stabilität, Beweglichkeit, Motorische Koordination) und den drei Komplexitätsphasen (Phase 1 mit eher simplen bis Phase 3 mit komplexeren Aktivitäten) eingeteilten Bewegungsabläufe zu erlernen. Die Aktivitäten sind über die verschiedenen Phasen hinweg miteinander verbunden. Auf jeder Karte sind zwei QR-Codes mit Beispielen von Spielen und Beobachtungstechniken abgebildet.

ANPASSUNG VON AKTIVITÄTEN: Coaches, die ihre Aktivitäten an SER anpassen möchten, finden weitere Anleitungen im entsprechenden Abschnitt – Anpassungsanleitung für Raum, Belastung und Interaktion.

AUSFÜHRLICHE BEWERTUNGSKRITERIEN FÜR DEN GESAMTEN KÖRPER:

Neben der Anfangsbewertung können sich die Coaches mit den ausführlichen Bewertungskriterien vertraut machen und damit ihre Bewertungsgrundlage ausweiten.

FAQs: Antworten auf die häufigsten Fragen.

HINWEISE ZUR VERWENDUNG

Es ist wichtig, das Playkit kontinuierlich statt nur zeitweise miteinzubinden. Wir empfehlen eine Einbindung in folgender Art und Weise:

1

Als vollständiger Block aus 14 Aktivitäten, die nacheinander von Phase 1 bis 3 durchgeführt werden.

2

In Kombination mit deinem bestehenden Programm: Als Warm-up-Alternative oder abwechslungsreiche Option zu den aktuell angebotenen Aktivitäten. Vergiss nicht, die Übungen in den vorgesehenen und aufeinander aufbauenden Phasen durchzuführen, damit die Kinder Zeit haben, die Abläufe schrittweise zu erlernen.

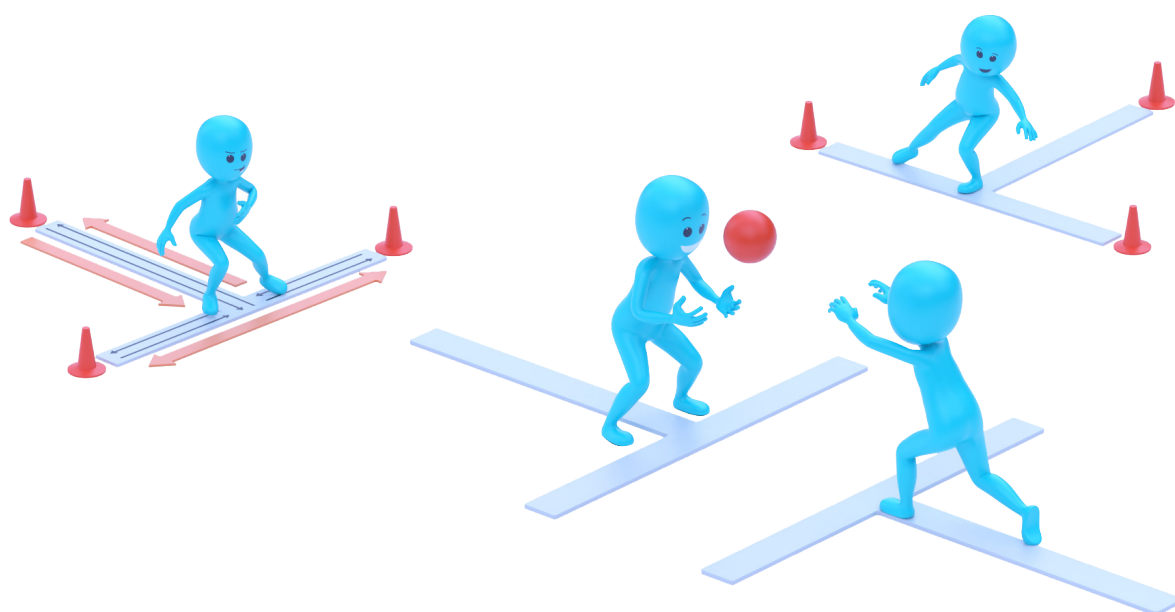
3

Zur Ergänzung deines bestehenden Programms: Binde Aktivitäten mit ein, die die Entwicklung der Fähigkeiten in deinem Programm ergänzen.

4

Zur Verbesserung bestimmter Bewegungsabläufe, deren Entwicklung du bei den Kindern als notwendig erachtest: Binde Aktivitäten aus den verschiedenen Bewegungskategorien Stabilität, Beweglichkeit und/ oder Motorische Koordination mit ein, um die Fähigkeiten der Kinder weiterzuentwickeln. Gehe auch hier phasenweise vor (1, 2 und dann 3).

Egal, für welchen Ansatz du dich entscheidest, dieses Playkit bietet jedem Kind die Chance, Bewegungsfertigkeiten zu erlernen, um sich in jeder Sportart voll zu entfalten. Wir hoffen, dass dir und den Kindern unser Programm gefällt!



ANLEITUNGEN

Die Informationen auf der Kartenvorderseite dienen dazu, die Aktivität vorzubereiten, durchzuführen und anzupassen. Auf der Rückseite sind Informationen abgebildet, die es den Coaches ermöglichen, die Bewegungsfertigkeit zu beurteilen und die nächsten Entwicklungsschritte zu planen.

PHASE 3 **1**
MOTORISCHE KOORDINATION **2**

MATTENRUNDEN Spielen

DAS BRAUCHST DU **3**

- Kegel zum Markieren von Schlag- und Wurfbereichen
- 3 rutschfeste Matten
- Verschiedene Bälle und Schläger
- 2 Teams



4

SPIEL ES SO **5**

- Der Schlagende steht im Schlagbereich mit dem Rest des Schlagerteams in sicherer Entfernung dahinter
- Der Werfer steht im Wurfbereich und der Rest des Werferteams ist über das Spielfeld verteilt
- Der Werfer wirft den Ball zum Schläger, der ihn schlägt und dann zur ersten Matte läuft und weiter zu den nächsten 2 Matten, wenn es kein Aus gibt
- Der Schläger ist im Aus, wenn ein Feldspieler den Ball fängt, den der Schläger geschlagen hat oder vor dem Schläger eine Matte mit dem Ball erreicht

SPIEL ES ANDERS **6**

- Die doppelte Punktzahl wird vergeben, wenn alle 3 Matten in 2 Schlägen oder weniger erreicht werden
- Verwende Hände oder Füße, um den Ball zu schlagen
- Es darf jeweils nur 1 Spieler auf einer Matte sein



7

PLAYkit
Made to Play

VORDERSEITE DER KARTE: SPIELEN

- 1 Phase:** Komplexität der Aktivität
- 2 Bewegungskategorie:** Identifizierung der wichtigsten Bewegungsfertigkeit, die bei der Aktivität entwickelt wird – Stabilität, Motorische Koordination oder Beweglichkeit
- 3 Ausrüstung:** Die für die Durchführung des Spiels benötigten Utensilien
- 4 Illustration:** Aufbau und Spielanleitung
- 5 Spielanleitung:** Organisation der Aktivität
- 6 Spielalternativen:** Tipps, um das Schwierigkeitslevel der Aktivität der Gruppe anzugleichen und um den Raum, die Belastung und die Interaktion anzupassen
- 7 QR-Code:** Ein Video-Clip des jeweiligen Spiels

PHASE 3
MOTORISCHE KOORDINATION

MATTENRUNDEN Bewerten: Fangen & Werfen

1 ACHE AUF DIESE BEWEGUNG

- Bewegt sich, um den Ball zu fangen
- Fängt den Ball sicher
- Wirft den Ball über Kopf, um ihn zum Werfer zurückzuspielen



3

2 ENTWICKELE DIESSE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Konzentriert sich nicht auf den Ball oder das Ziel	Konzentriert sich auf den Ball	Konzentriert sich auf den Ball und das Ziel	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
ARME	Der Wurfarm schwingt zum Ausbleiben nicht hinter den Körper und nach dem Abwurf nicht nach unten durch. Der andere Arm hängt ohne Spannung nach unten.	Die Wurfhand schwingt hinter den Körper, der Wurfarm wird nach vorne gestreckt, um durchzuschwingen und der andere Arm wird nach oben oder außen zur Seite gehalten	Die Wurfhand und der Wurfarm schwingen hinter den Körper und der Wurfarm wird nach vorne gestreckt, um in Richtung Ziel durchzuschwingen, während der andere Arm nach oben gehalten wird und zum Ziel zeigt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

4

5

BEOBSACHTEN UND BEWERTEN
(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	ARME

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

ENDZONE 2
SPACE INVADERS 3

PLAYkit

PLAYkit
Made to Play

RÜCKSEITE DER KARTE: BEWERTUNG

Auf der Kartenvorderseite finden Coaches Hinweise zur Bewertung der Bewegungsmuster, die bei einer Aktivität mit dem Fokus auf Stabilität, Beweglichkeit oder Motorische Koordination zum Tragen kommen.

- 1 Achte auf diese Bewegung:** Identifizierung der wichtigsten zu bewertenden Bewegungsabläufe
- 2 Die zu entwickelnden Stufen:** Die wichtigsten Körperteile und das in fünf Entwicklungsstufen unterteilte zu beobachtende Bewegungsmuster: unerfahren, fortgeschritten, erfahren, selbstsicher, routiniert; weitere Hinweise zur Beobachtung der Körperteile und Bewegungsmuster siehe Abschnitt "Ausführliche Bewertungskriterien"
- 3 Hier scannen, um die Bewertungskriterien für die Bewegungsabläufe abzurufen:** QR-Code scannen
- 4 Beobachten und bewerten:** Tabelle zum Eintragen der Leistungsbewertung nach der Beobachtung eines Kindes
- 5 Weiter:** Wegweiser zu einer anderen Aktivität der nächsten Phase

ÜBERSICHT DER AKTIVITÄTENKARTEN

	AKTIVITÄT	PHASE	BEWEGUNGSFOKUS	BEOBACHTUNG DES KÖRPERS
1	T-Zeit	1	Stabilität	Beine und Körper
2	Eckball	1	Motorische Koordination	Arme und Beine
3	Space Invaders 1	1	Motorische Koordination	Arme und Beine
4	Razzia	1	Beweglichkeit	Beine und Körper
5	Taggen	2	Beweglichkeit	Augen und Arme
6	Gateways	2	Beweglichkeit	Arme und Beine
7	Skill-Parcours	2	Motorische Koordination	Arme und Beine
8	Space Invaders 2	2	Motorische Koordination	Arme und Beine
9	Quadratball	2	Motorische Koordination	Augen und Arme
10	Endzone 1	2	Stabilität	Beine und Körper
11	Kabaddi	2	Stabilität	Beine und Körper
12	Endzone 2	3	Stabilität	Beine und Körper
13	Mattenschlagball	3	Motorische Koordination	Augen und Arme
14	Space Invaders 3	3	Motorische Koordination	Arme und Beine

FAQs

WER HAT DIESES PLAYKIT ENTWICKELT?

Dieses Playkit wurde im Rahmen einer Zusammenarbeit von Nike und Youth Sport Trust mit Professor David Morley als leitendem Berater und unter Beteiligung von Dr. Tom van Rossum, Paul Ogilvie, Lesley Miniverni und Andy Stoneman entwickelt. Bei Youth Sport Trust handelt es sich um eine Wohltätigkeitsorganisation für Kinder, die es sich zum Ziel gemacht hat, dass jedes Kind von den lebensverändernden Vorteilen von Spiel und Sport profitiert. Made to Play ist eine Initiative von Nike und verschiedenen Community-Partnern, um Kinder mit Spiel und Sport in Bewegung zu bringen, denn das Aktivitätslevel der jungen Generation ist niedriger als jemals zuvor. Und bekanntermaßen sind aktive Kinder in der Schule und im Leben gesünder, glücklicher und erfolgreicher.

WARUM SOLLTE ICH DIESE RESSOURCE NUTZEN?

Dieses Playkit soll die Bewegungsfertigkeiten von Kindern im Alter zwischen 6 und 12 Jahren auf eine unterhaltsame, dynamische und spielerische Weise verbessern, und sicherzustellen, dass sie mit Spaß dabei sind.

WIE BRINGE ICH KINDER DAZU, DIE ZU BEURTEILENDEN BEWEGUNGSABLÄUFE DURCHZUFÜHREN?

Lass die Kinder die Bewegungsabläufe zunächst erlernen und bringe sie erst danach in das Spiel ein. Ändere mit dem Bewertungssystem die Bedingungen des Spiels, um durch eine Belohnung einen Anreiz zu schaffen.

WIE KANN ICH DIE KINDER EFFEKTIV HERAUSFORDERN, WENN SICH IN DER GRUPPE VERSCHIEDENE LEISTUNGSNIVEAUS BEFINDEN?

Nutze die abgewandelte Spielform auf den Ressourcenkarten, um während der Aktivität Raum, Belastung oder Interaktion zu ändern.

FÜR WELCHE AKTIVITÄTEN SOLLTE ICH MICH ENTSCHEIDEN, WENN ICH NUR EINIGE VON IHNEN DURCHFÜHREN KANN?

Das Playkit dient als Leitfaden für Aktivitäten, die in drei unterschiedliche Komplexitätsphasen eingeteilt sind. Beginne also mit den Karten der Phase 1 und fahre anschließend mit Phase 2 und 3 fort. Manche Aktivitäten der Phase 1 und 2 sind miteinander verknüpft. Es macht also Sinn, diese Aktivitäten zu wählen, wenn du nur eine begrenzte Anzahl an Spielen durchführen kannst.

WIE STELLE ICH SICHER, DASS ALLE BEWEGUNGSFERTIGKEITEN – STABILITÄT, BEWEGLICHKEIT, MOTORISCHE KOORDINATION – ABGEDECKT SIND?

Das Playkit ist darauf ausgerichtet, die Stabilität, die Beweglichkeit und die Motorische Koordination zu trainieren, sofern eine gewisse Anzahl an Aktivitäten aus den verschiedenen Phasen durchgeführt wird. Bei jeder Aktivität wird auf den hauptsächlich entwickelten Bewegungsablauf hingewiesen.

WIE ÄNDERE ICH DEN SCHWIERIGKEITSGRAD DER SPIELE?

Hierzu dienen die "Spielvariation"-Tipps auf den Aktivitätenkarten und/oder die Veränderung der Challenge, wie im SER-Leitfaden beschrieben.

WIE LEGE ICH DIE BEWERTUNGSKRITERIEN FEST?

Mit dem Playkit sollen bestimmte Bewegungsfertigkeiten spielerisch erlernt werden. Es ist nahezu unmöglich, in einer einzigen Session sämtliche Bewertungskriterien auf alle Kinder anzuwenden. Konzentriere dich bei deiner Bewertung im jeweiligen Spiel auf kleinere Gruppen von Kindern. Wiederhole das Spiel, falls notwendig, und wende die Bewertungskriterien bei mehreren Spielen an. Eine weitere Option wäre, die Kinder zu bitten, sich gegenseitig und/oder sich selbst, vielleicht anhand einer Videoaufnahme, zu bewerten.

WIE BEWERTE ICH DIE FERTIGKEITEN?

Beobachte die Bewegungsabläufe der Kinder zunächst im Hinblick auf zwei der auf der "Bewerten"-Seite der Aktivitätenkarte abgebildeten Schwerpunkte (z. B. Kopf, Arme, Körper, Beine), um die Dynamik und Ausgeglichenheit ihrer Bewegungen zu bewerten. Schau dir dann die Bewegungsabläufe der Kinder genauer an und wende die auf der Karte abgebildeten Bewertungskriterien auf die verschiedenen Körperteile an. Verwende eine Zahl zwischen 1 und 5, um darzustellen, in welcher Phase sich das Kind bezogen auf die Bewertungskriterien entstehend, "in der Lage", ausführen, souverän oder fähig befindet.

AKTIVITÄTSKARTEN, BEWERTUNG KRITERIEN, UND QR-CODES

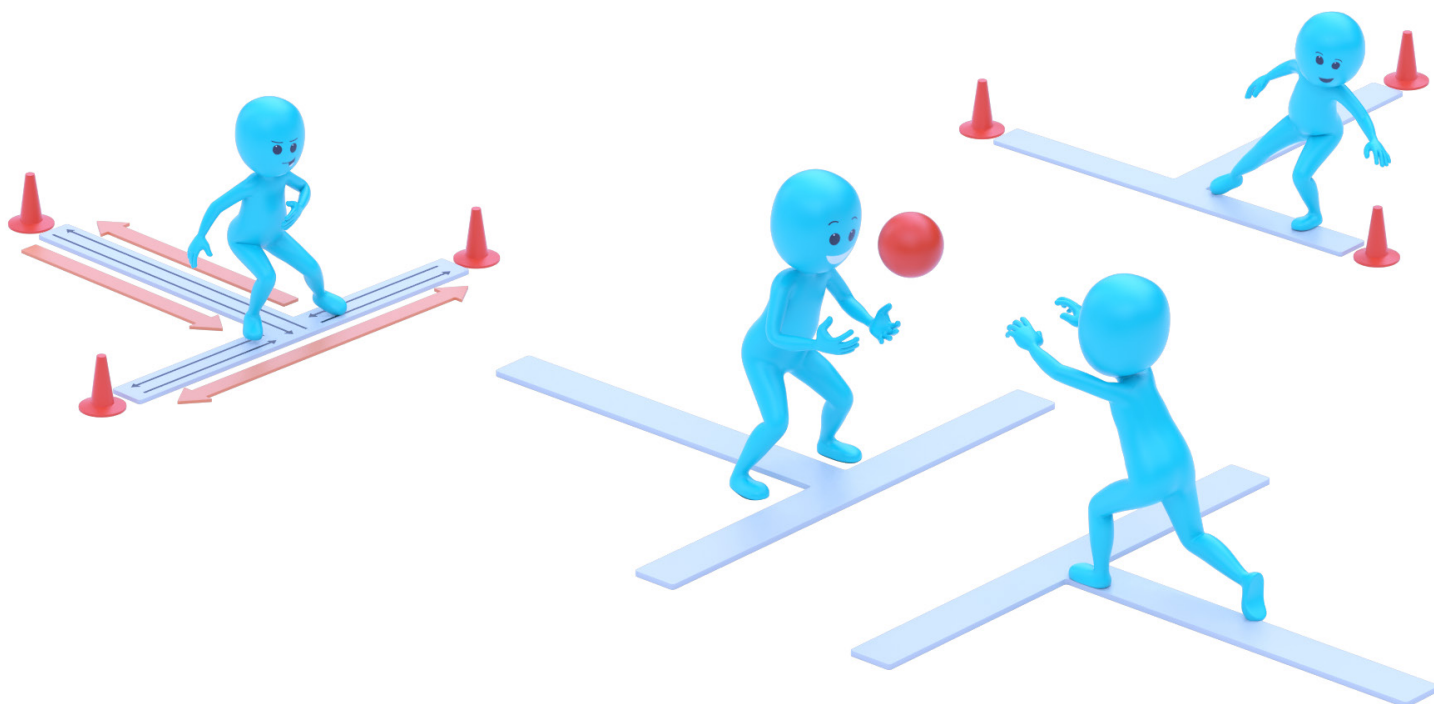


T-ZEIT

Spielen

DAS BRAUCHST DU

- Klebeband, Marker oder Kegel, um Ts zu markieren
- Verschiedene Objekte zum Werfen
- Trommel oder Tambourine
- 1 Spieler pro T



SPIEL ES SO

- Achte auf einen sicheren Abstand zwischen den Ts
- Die Spieler wechseln sich ab und starten unten an ihrem T und bewegen sich nach vorne, dann seitlich darüber und wieder zurück
- Als nächstes wechseln sich die Spieler ab und werfen ein Objekt, das vom Partner gefangen wird, während sie sich entlang des T bewegen
- Schlag eine Trommel oder etwas ähnliches, damit sich die Spieler zum Rhythmus bewegen

SPIEL ES ANDERS

- Leg ein Zeitlimit für die Strecke um das T und zurück fest
- Ändere die Größe der Ts
- Füge weitere Ts hinzu
- Ändere das zu werfende Objekt
- Füge mehr Spieler pro T hinzu

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



T-ZEIT

Bewerten: Seitschritt

Hier scannen, um
Bewegungskriterien
zu prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Ausfallschritte
- Abstoßen
- Seitschritte nach hinten

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Die Beine sind durchgestreckt und die Füße bei Ausfallschritten nah beieinander	Beide Knie sind gebeugt und die Füße weit auseinander bei Ausfallschritten	Das vordere Knie ist gebeugt und das hintere Bein gestreckt bei Ausfallschritten. Das hintere Bein ist vollständig gestreckt, um in die entgegengesetzte Richtung abzustößen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
KÖRPER	Die Richtungswechsel sind nicht flüssig; der Oberkörper zeigt in Richtung Boden	Die Schultern zeigen nach vorne und die Brust ist tief	Die Schultern zeigen nach vorne und die Brust ist hoch	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	KÖRPER

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

ENDE ZONE 1
KABBADI

ECKBALL

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- 4 Ziele (z. B. Bänke, Kegel) – 1 an jeder Ecke des Spielfelds, nach innen zeigend
- 4 Teams mit 4 Spielern – die Spieler in jedem Team erhalten Nummern von 1 bis 4
- 16 Leibchen (4 Farben)
- 4 Bälle

SPIEL ES SO

- Jedes Team steht hinter einem anderen Ziel und erhält einen Ball
- Auf das Signal des Anführers rollt jedes Team seinen Ball auf das Spielfeld
- Wenn der Coach die entsprechende Zahl ruft (1 bis 4), sammeln die Spieler einen Ball und rollen ihn auf ein beliebiges Ziel, um einen Punkt zu erzielen
- Der Ball muss von unten gerollt werden, unter Kniehöhe, und die Spieler müssen auf ihren Füßen bleiben

SPIEL ES ANDERS

- Reduziere die Anzahl der Bälle
- Füge einen Abwehrspieler für jede Zielzone hinzu – vorerst nur als inaktive Abwehr, die nur ein Hindernis darstellt
- Erweitere die Spielfläche
- Lass weitere Spieler von jedem Team teilnehmen

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



ECKBALL

Bewerten: Werfen in der Bewegung



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Lläuft, um den Ball zu holen und zu dribbeln
- Dreht sich in Richtung des Ziels
- Wirft Ball zum Ziel

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Der Wurfarm hat einen minimalen Rückschwung und Durchschwung und wird hauptsächlich an der Seite gehalten	Der Wurfarm schwingt etwas zurück, dann nach vorne, um den Ball zu werfen, der gegenüberliegende Arm ist ausgestreckt zum Ausgleichen	Der Wurfarm wird nach hinten bewegt, dann nach nach vorne, um den Ball zu werfen, der gegenüberliegende Arm ist ausgestreckt und angehoben zum Ausgleichen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Das Knie ist nicht gebeugt und der Fuß wird nicht in die beabsichtigte Richtung des Balls gesetzt	Das Knie ist teilweise gebeugt und das Gewicht wird etwas nach vorne verlagert; ein Fuß sollte vor dem anderen stehen	Die Knie sind im 90-Grad-Winkel gebeugt, das Gewicht wird nach vorne verlagert und der gegenüberliegende Fuß zum Wurfarm macht einen Schritt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	ARME	BEINE

VERSUCHE ALS NÄCH- STES

MATTENRUNDEN

ÜBERFALL

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- 5 Reifen oder Kreise auf dem Boden
- 8 Leibchen (4 Farben)
- Verschiedene Ausrüstungsgegenstände, z. B. Bälle, Beanbags
- 4 Teams mit jeweils zwei Spielern

SPIEL ES SO

- Schaffe einen großen Spielbereich mit einem Ring und einem Team aus zwei Spielern in jeder Ecke
- Leg einen Ring mit Ausrüstung in die Mitte des Spielbereichs
- Die Spieler wechseln sich innerhalb ihres Teams ab, laufen zum in der Mitte platzierten Ring und bringen Ausrüstung zurück
- Die Spieler dürfen jeweils nur einen Ausrüstungsgegenstand zurückbringen

SPIEL ES ANDERS

- Leg ein Zeitlimit zum Sammeln der Ausrüstungsgegenstände fest
- Stell Hindernisse zwischen den Ringen an den Ecken und dem Ring in der Mitte auf
- Erlaube den Spielern, Ausrüstung vom rechten Ring zu stehlen, wenn der mittlere Ring leer ist

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



ÜBERFALL

Bewerten: Laufen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Beine und Arme bewegen sich gegengleich
- Beide Füße verlassen den Boden (Flugphase)
- Beschleunigt

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Die Ferse ist beim Erholungsschwung nur leicht angehoben und das vordere Bein ist beim Abstoßen gestreckt	Ferse bleibt unter dem Knie beim Erholungsschwung und das vordere Bein ist fast gestreckt beim Abstoßen	Ferse wird beim Erholungsschwung nah zum Gesäß gebracht und das vordere Bein ist gestreckt beim Abstoßen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
KÖRPER	Der Körper ist aufrecht	Der Körper ist nach vorne gelehnt	Der Körper ist leicht nach vorne gelehnt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBSACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	KÖRPER

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

DURCHGÄNGE FÄHIGKEITEN-ZIRKEL

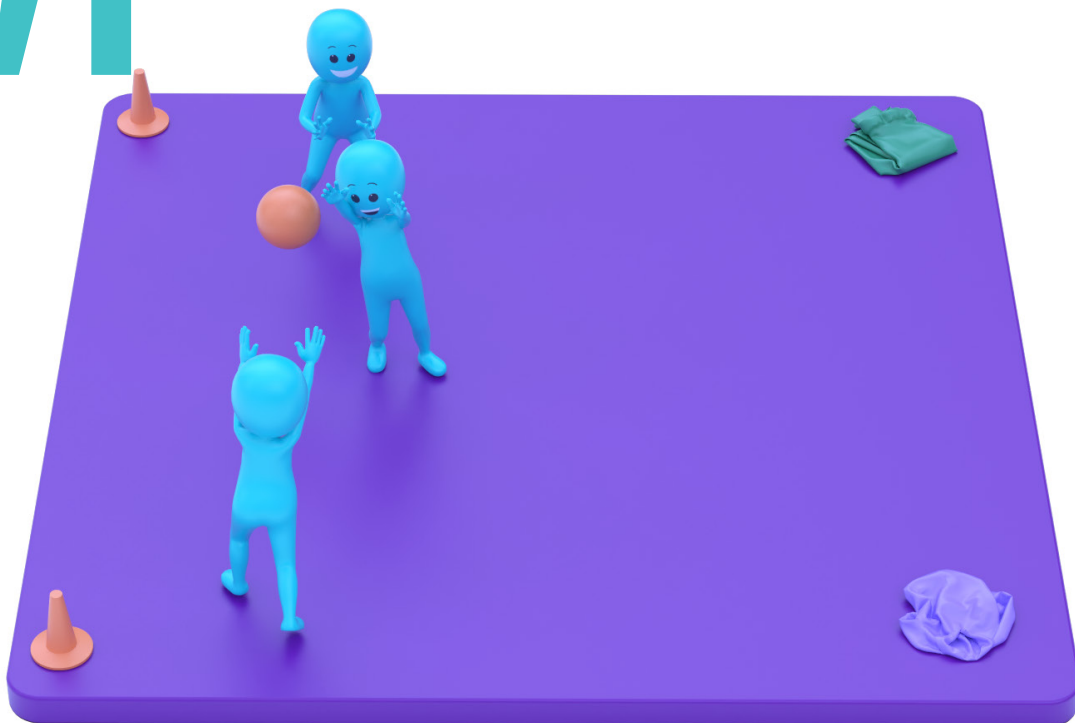
RAUMINVASOREN

1 2V1

Spiele

WAS BRAUCHST DU

- Kegel, um die viereckige Spielfläche zu markieren
- 2 Leibchen (1 Farbe)
- 1 Ball
- 3 Spieler



SPIEL ES SO

- Spiele 2 gegen 1 auf dem Spielfeld
- Der Spieler zielt, um den Ball erfolgreich abzugeben und der Abwehr auszuweichen
- Die Spieler müssen auf dem Spielfeld bleiben
- Kein physischer Kontakt

SPIEL ES ANDERS

- Ändere die Ausrüstung – z. B. Frisbee, großer/ kleiner Ball
- Ändere die Spielfeldgröße
- Verteile Punkte für unterschiedliche Pässe

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



RAUMINVASOREN 1 2V1

Bewerten: Ball annehmen in der Bewegung



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Lläuft in einen Freiraum oder auf den Ball zu
- Die Arme sind ausgestreckt und bereit
- Fängt den Ball

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Die Arme sind an den Seiten, nicht bereit zum Fangen, also wird das Objekt mit den Armen und dem Körper gefangen	Die Arme sind vor dem Körper, um das Objekt zu fangen und es wird nur mit den Händen gefangen	Die Arme sind oben und vor dem Körper, um das Objekt zu fangen und es wird nur mit den Händen vor dem Körper gefangen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Macht keinen Schritt zum Objekt und die Füße werden aufgesetzt nachdem es gefangen wurde	Füße werden auf die Flugbahn des Objekts ausgerichtet und drehen sich in Richtung des Wurfziels	Macht einen Schritt in Richtung der Flugbahn des Objekts und in Richtung des Wurfziels	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

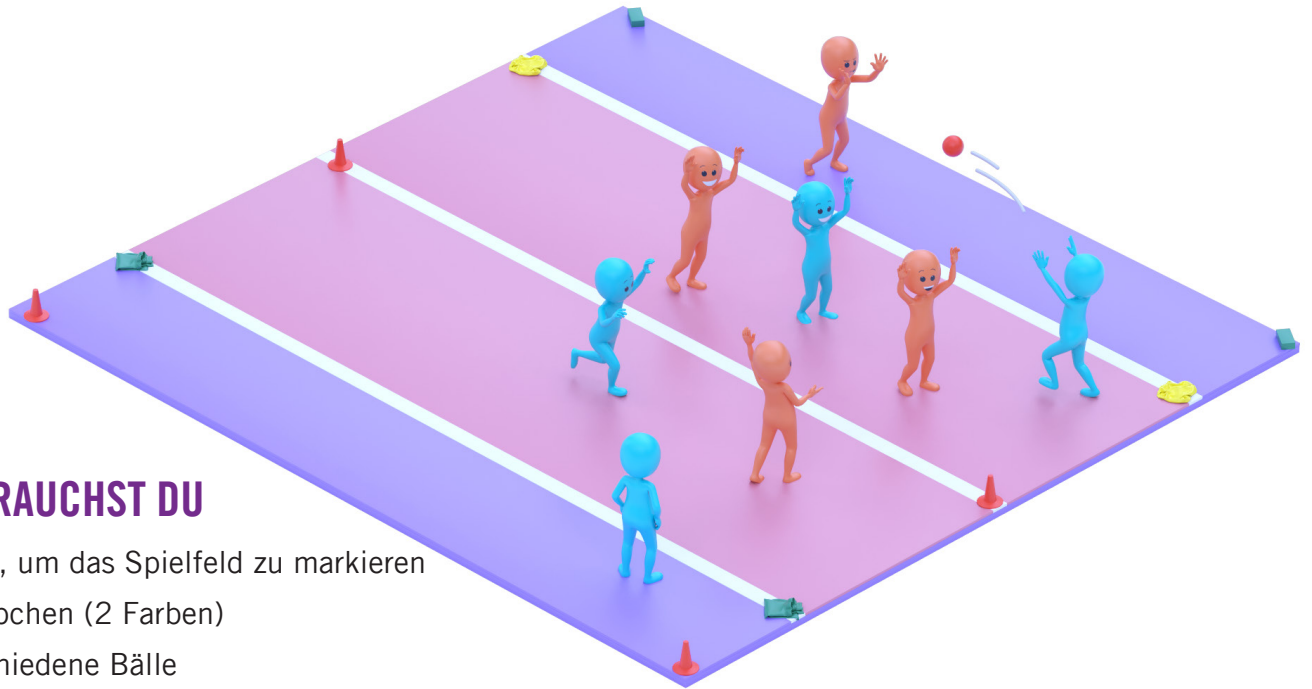
NAME	ARME	BEINE

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

RAUMINVASOREN 2

ENDE ZONE 1

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- Kegel, um das Spielfeld zu markieren
- 8 Leibchen (2 Farben)
- Verschiedene Bälle
- 2 Teams mit jeweils 4 Spielern

SPIEL ES SO

- Die Angreifer beginnen das Spiel in ihrer Endzone und versuchen, den Ball in die gegenüberliegende Endzone zu bringen, um einen Punkt zu erzielen
- Zwei Abwehrspieler beginnen auf dem Spielfeld – füge einen Abwehrspieler hinzu wenn ein Punkt erzielt wird
- Das angreifende Team hat vier Angriffsversuche, dann wird gewechselt
- Kein physischer Kontakt, kein Laufen mit dem Ball, keine Abwehrspieler in der Endzone

SPIEL ES ANDERS

- Minimale Anzahl der Pässe, um die Endzone zu erreichen und einen Punkt zu erzielen
- Schaffe Zonen mit einer Breite von 1 Meter auf jeder Seite des Spielfelds – 1 Punkt für einen Pass in die und dann aus der breiten Zone heraus (der Ball kann nicht von der breiten Zone in die Endzone gespielt werden)
- Ändere die Ausrüstung, z. B. Frisbee, Hockeyschläger und Ball

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



ENDE ZONE 1

Bewerten: Stoppen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Verlagert Gewicht auf "Bremsfuß"
- Drehungen
- Bewegt sich in die andere Richtung



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Keine oder minimale Beugung in den Knien und die Füße drehen sich, bei Richtungswechseln	Die Knie sind teilweise gebeugt und macht einen Schritt, um sich in die andere Richtung zu bewegen	Die Knie sind gebeugt und drückt sich von einem Fuß zum anderen ab, um sich in die entgegengesetzte Richtung zu bewegen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
KÖRPER	Bleibt aufrecht ohne Drehung im Körper	Lehnt sich leicht nach vorne. Körper wendet sich dem fliegenden Ball zu	Lehnt sich nach vorne. Körper wendet sich dem fliegenden Ball zu und richtet anschließend in Bewegungsrichtung aus	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	KÖRPER

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

KABBADI
ENDZONE 2

DURCHGÄNGE

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- Marker oder Kegel in verschiedenen Farben
- Verschiedene Objekte zum Dribbeln

SPIEL ES SO

- Markiere eine Rettungszone
- Lege innerhalb dieser Rettungszone verschiedene Durchgänge fest 2 Marker oder Kegel in der gleichen Farbe
- Die Spieler müssen effizient die Durchgänge passieren, z. B. indem sie Wege planen und sich ducken
- Die Spieler können mit einem Partner zusammenarbeiten, z. B. dem Weg eines Partners durch die Durchgänge folgen

SPIEL ES ANDERS

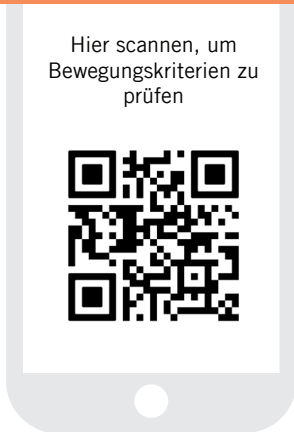
- Erhöhe die Anzahl der Durchgänge
- Ändere die Bewegungsart, z. B. Laufen, Hüpfen, Hoppeln
- Einen Ball dribbeln, während die Durchgänge passiert werden
- Lege ein Zeitlimit für das Passieren der Durchgänge fest

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



DURCHGÄNGE

Bewerten: Laufen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Beine und Arme bewegen sich gegengleich
- Beide Füße verlassen den Boden (Flugphase)
- Beschleunigt

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Arme sind gerade und schwingen nicht gegengleich zu den Beinen	Minimale Beugung in den Armen und begrenzter Armschwung gegengleich zu den Beinen	Die Arme sind im 90-Grad-Winkel gebeugt und schwingen gegengleich zu den Beinen (der linke Arm ist vorne wenn das rechte Bein vorne ist)	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Geringer Fersenhub beim Erholungsschwung	Ferse bleibt unter dem Knie beim Erholungsschwung	Fersen werden beim Erholungsschwung nah zum Gesäß gebracht	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

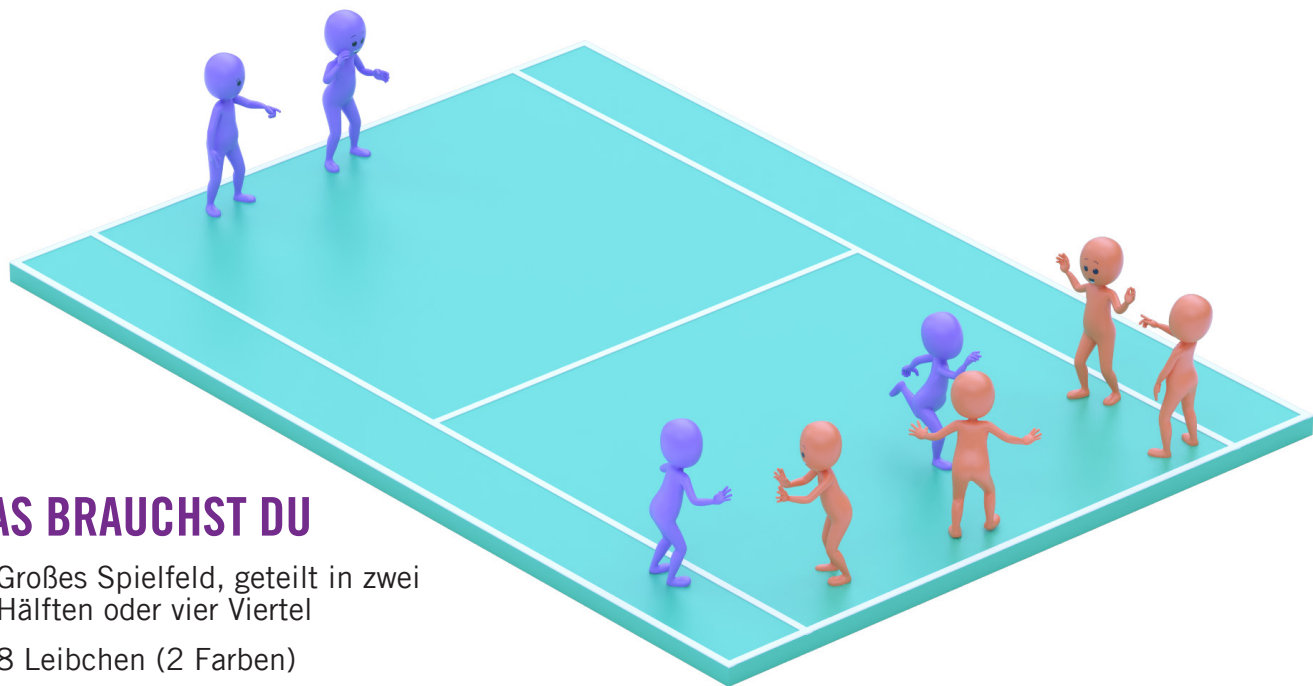
NAME	ARME	BEINE

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

FÄHIGKEITENZIRKEL TAG

KABADDI

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- Großes Spielfeld, geteilt in zwei Hälften oder vier Viertel
- 8 Leibchen (2 Farben)
- 2 Teams

SPIEL ES SO

- Die Abwehrspieler sind in der einen Hälfte, die Angreifer reihen sich hinter der anderen Hälfte auf und greifen abwechselnd (in dieser Reihenfolge) an
- Der Angreifer versucht, möglichst viele Abwehrspieler mit einem Atemzug zu fangen und dann zur Angreiferhälfte zurückzukehren, bevor er wieder einen Atemzug nimmt (in der Abwehrhälfte muss er "Kabaddi" rufen)
- Wenn ein Angreifer im Abwehrbereich einen Atemzug nimmt, verliert er alle erzielten Punkte und die Abwehrspieler erhalten einen Punkt
- Die Abwehrspieler müssen in ihrer Hälfte bleiben und dürfen Angreifer nur davon abhalten, in ihre Hälfte zurückzukehren – kein Kontakt

SPIEL ES ANDERS

- Verwende Tag-Gürtel
- Verteile Abwehrspieler über zwei Zonen; Abwehrspieler müssen in ihrer Zone bleiben
- Leg ein Zeitlimit für einen Angriff fest (anstatt die Zeit auf einen Atemzug zu begrenzen)

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



KABADDI

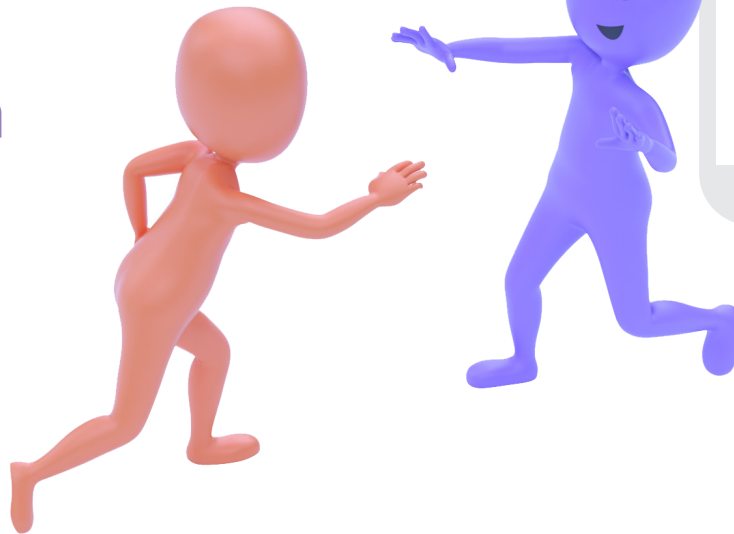
Bewerten: Ausfallschritt, dann bewegen

Hier scannen, um
Bewegungskriterien zu
prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Streckt den Arm und setzt den Fuß auf
- Beugt das Knie
- Kehrt in die Startposition zurück



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Minimale Beugung im Knie und stößt sich mit keinem Bein ab, um die Richtung zu wechseln	Beide Knie gebeugt, aber das hintere Bein wird nicht voll gestreckt, um sich in die andere Richtung abzustößen	Das vordere Knie ist gebeugt, das hintere Bein ist gerade und das hintere Bein ist voll gestreckt, um sich in die andere Richtung abzustößen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
KÖRPER	Der Körper ist aufrecht oder seitlich gedreht	Der Körper ist leicht nach vorne gelehnt	Der Körper ist nach vorne gelehnt und die Brust wird nah zum vorderen Knie gebracht	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	KÖRPER

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

ENDE ZONE 1

ENDE ZONE 2

FÄHIGKEITEN- ZIRKEL Spielen

DAS BRAUCHST DU

- Markierkegel
- 2 Matten (oder 1 Matte und eine Speed-Bounce-Matte)
- Verschiedene Bälle
- Beanbags oder ähnliches
- Spielfläche mit Wänden



SPIEL ES SO

- Bau die Aktivitäten wie dargestellt auf
- Achte auf ausreichend Platz zwischen den Stationen
- Achte darauf, dass die Bälle, die von der Wand abprallen, andere Aktivitäten nicht behindern
- Die Spieler versuchen, jede Station zu absolvieren und die meisten Punkte zu erzielen

SPIEL ES ANDERS

- Lege ein Zeitlimit zum Sammeln der Ausrüstungsgegenstände fest
- Verwendet die dominanten oder nicht dominanten Hände bzw. Füße
- Verringere den Abstand zwischen den Slalomkegeln
- Die Spieler sammeln Punkte und versuchen sich selbst zu übertreffen

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



FÄHIGKEITENZIRKEL

Bewerten: Basketball dribbeln in der Bewegung



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Läuft und dribbelt den Ball
- Kontrolliert den Ball und passiert die Kegel
- Behält die Geschwindigkeit bei

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Die Arme bleiben gerade und die dominante Hand dribbelt den Ball	Dribbelt den Ball mit teilweise gebeugten Armen mit beiden Händen, bevorzugt aber eine Hand	Beugt den Arm, um den Ball abzufangen, streckt den Arm, um den Ball zu dribbeln und verwendet beide Hände gleich gut	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Die Beine sind gerade beim Laufen um die Kegel	Die Beine sind teilweise gebeugt und das Gewicht wird seitlich verlagert beim Laufen um die Kegel	Die Beine sind gebeugt und das Abstoßen erfolgt über den Außenfuß zum Innenfuß beim Laufen um die Kegel	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	ARME	BEINE

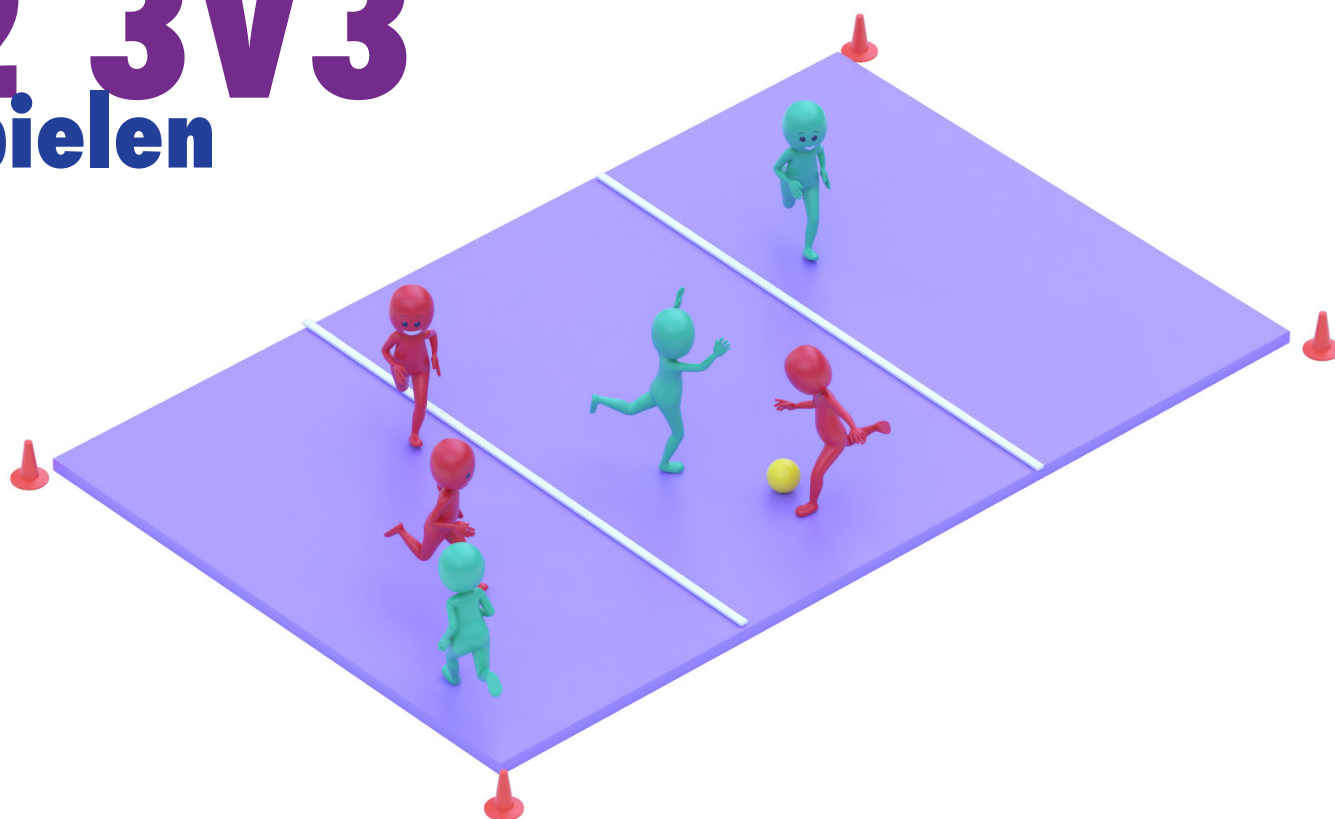
VERSUCHE ALS NÄCHSTES

DURCHGÄNGE TAG

RAUMIN- VASOREN 2 3V3 Spielen

DAS BRAUCHST DU

- Kegel markieren ein rechteckiges Spielfeld, das in drei Teile aufgeteilt wird
- 6 Leibchen (2 Farben)
- 1 Ball
- 2 Teams mit jeweils 3 Spielern



SPIEL ES SO

- 3 Angreifer beginnen an einem Ende und versuchen, den Ball kontrolliert von Zone zu Zone zu passen – 1 Punkt für jede passierte Zone
- 1 Abwehrspieler in jeder Zone – wobei dieser in seiner Zone bleiben muss und 2 Punkte für einen abgefangenen Ball erhält
- Wenn der Ball aus dem Spiel gerät, wird neu angefangen – Angreifer haben 4 Versuche, dann wird gewechselt
- Kein physischer Kontakt, die Spieler müssen auf dem Feld bleiben

SPIEL ES ANDERS

- Füge ein Ziel hinzu, z. B. ein Tor
- Füge einen variablen Abwehrspieler hinzu – dieser trägt ein andersfarbiges Leibchen und darf sich in allen Zonen bewegen
- Leg ein Zeitlimit zum Passieren der Zonen fest

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



RAUMINVASOREN

2 3V3

Bewerten: Schießen während des Laufens

Hier scannen, um Bewegungskriterien zu prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Läuft zum Ball
- Schießt den Ball auf ein Tor oder zu einem Spieler
- Bereitet sich auf die nächste Bewegung vor

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Die Arme sind nicht seitlich ausgestreckt und kein Arm schwingt beim Schießen des Balls	Die Arme werden tief zur Seite gehalten und der Arm schwingt minimal beim Schießen des Balls	Die Arme werden auf Schulterhöhe gehalten, wobei der Arm auf der Schussbeinseite tiefer gehalten wird und zurückschwingt bei Kontakt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Läuft gerade zum Ball, der Fuß wird nicht neben den Ball gestellt und das Schussbein wird nicht in Richtung Ziel durchgeschwungen	Läuft in minimalem Winkel zum Ball, der Standfuß wird entfernt vom Ball platziert, dabei ist das Knie beim Rückschwung minimal gebeugt und wird minimal in Richtung Ziel durchgeschwungen	Läuft im 45-Grad-Winkel zum Ball, der Standfuß neben dem Ball platziert und das Knie ist beim Rückschwung gebeugt, wobei das Bein in Richtung Ziel durchschwingt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	ARME	BEINE

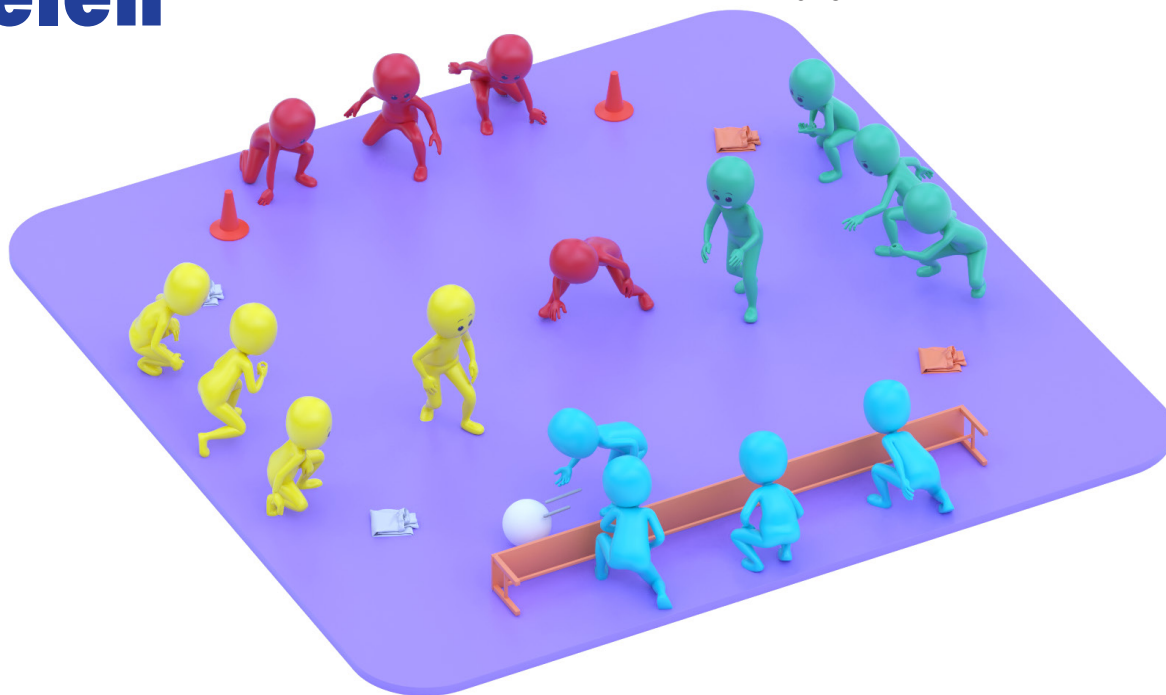
VERSUCHE ALS NÄCHSTES

RAUMINVASOREN 3

SQUARE BALL Spielen

DAS BRAUCHST DU

- 4 Ziele (z. B. Bänke, Kegel) – 1 auf jeder Seite mit einem Team hinter jedem Ziel
- 4 Teams mit 4 Spielern – die Spieler in jedem Team erhalten Nummern von 1 bis 4
- 16 Leibchen (4 Farben)
- 2 Bälle



SPIEL ES SO

- Der Coach rollt 2 Bälle auf das Spielfeld, ruft eine Nummer von 1 bis 4 und die Spieler mit dieser Nummer versuchen, sich einen Ball zu schnappen
- Die Spieler dribbeln den Ball und schießen auf das Tor gegenüber ihres Teams – sobald ein Tor in beiden der zwei Spiele erzielt wurde, wird das Spiel angehalten und die Bälle erneut eingerollt
- Nach achtmaligem Rollen der Bälle wechseln die Verliererteams die Positionen, damit sie anschließend gegen andere Teams spielen
- Die Bälle müssen von unten gerollt werden, unter Kniehöhe, und die Spieler müssen auf ihren Füßen bleiben

SPIEL ES ANDERS

- Ändere die Größe des Balls
- Verwende die nicht dominante Hand
- Mach das Ziel kleiner

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



SQUAREBALL

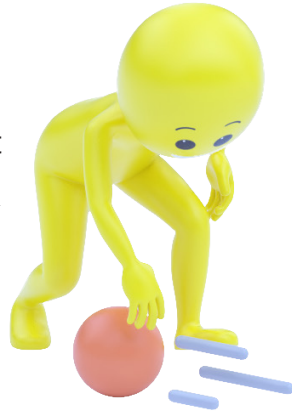
Bewerten: Ball stoppen und kontrollieren

Hier scannen, um Bewegungskriterien zu prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Verlagert das Gewicht
- Zieht den Ball zurück
- Spielt weiter



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
AUGEN	Schaut nicht auf den Ball	Schaut auf den Ball	Schaut auf den Ball und die anderen Spieler	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
ARME	Die Arme bleiben in der Bewegung gerade und der Ball wird vom Körper entfernt geführt	Die Arme sind teilweise gebeugt in der Bewegung und der Ball wird näher am Körper geführt	Die Arme sind in der Bewegung im 90-Grad-Winkel gebeugt und der Ball wird nah am Körper geführt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	AUGEN	ARME

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

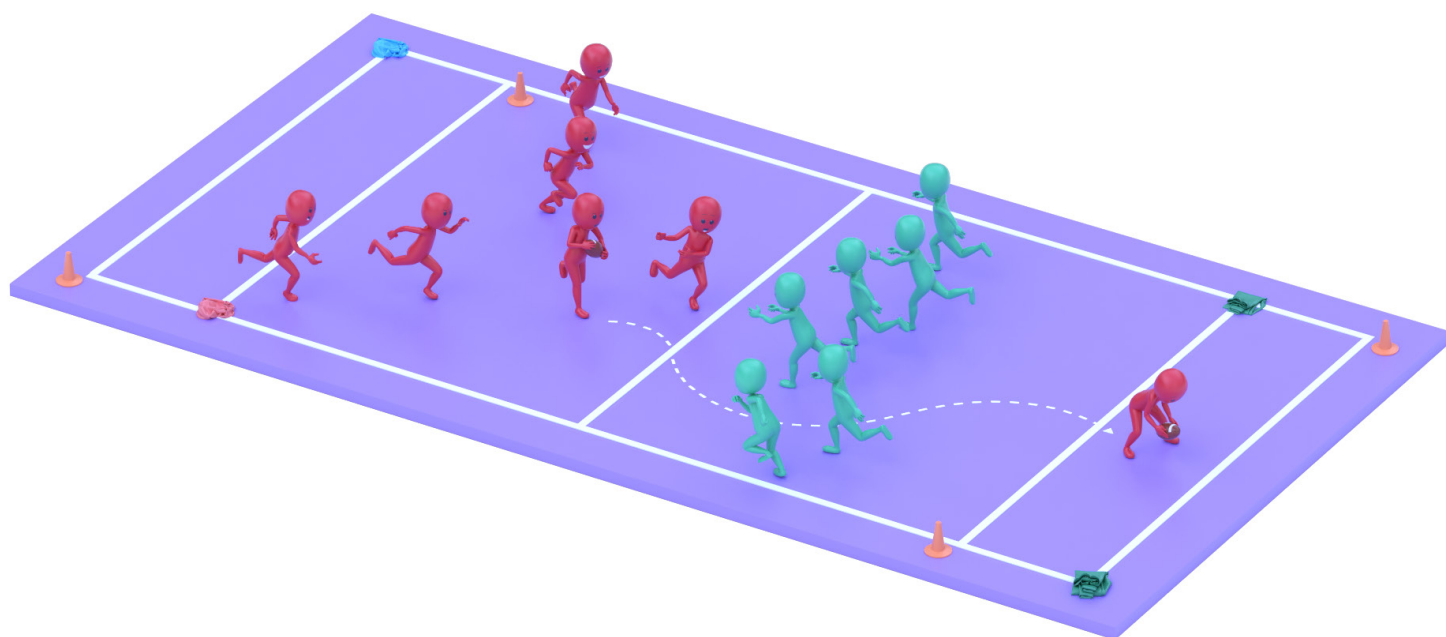
MATTENRUNDEN

TAG

Spiele

DAS BRAUCHST DU

- Kegel zum Markieren der Spielfläche mit Hälften, 2 Endzonen und 2 breiten Zonen
- 8 Leibchen (2 Farben)
- 1 Ball
- 2 Teams mit jeweils 4 Spielern



SPIEL ES SO

- Die Teams starten jeweils in ihrer Spielfeldhälfte
- Zu Beginn erhält ein Team den Ball, der von Spieler zu Spieler gepasst wird – der Ball kann nur vorwärts gespielt werden und das Laufen mit dem Ball ist nicht erlaubt
- Ziel ist es, einen Punkt zu erzielen, indem der Ball in der Endzone den Boden berührt (Punkte können auch für die Nutzung der breiten Zone vergeben werden)
- Das gegnerische Team kann in den Ballbesitz kommen, indem der Ball gefangen oder weggeschnappt wird, oder indem die Person, die im Ballbesitz ist, gefangen wird

SPIEL ES ANDERS

- Erlaube den Spielern, den Ball vorwärts zu dribbeln
- Verteile Punkte, wenn 2 Pässe hintereinander im Lauf gefangen werden
- Ändere die Ausrüstung, z. B. Frisbee oder großen/kleinen Ball
- Erlaube Pässe in jede Richtung

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



TAG

Bewerten: Laufen und einen Ball annehmen

Hier scannen, um Bewegungskriterien zu prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Lläuft in Abwehrlücke
- Ball fordern und sicher fangen
- Lläuft mit Ball in Lücke



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
AUGEN	Konzentriert sich nicht auf den Ball oder den Werfer	Schaut auf den Ball oder die anderen Spieler	Konzentriert sich auf den Ball bis dieser sicher in den Händen ist	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
ARME	Die Arme werden an der Seite gehalten, um den Ball anzunehmen und der Ball wird mit einer Hand gehalten	Die Arme sind vor dem Körper, um den Ball anzunehmen und der Ball wird mit beiden Händen gehalten	Die Arme sind oben und vor dem Körper, um den Ball anzunehmen und der Ball wird mit zwei Händen nah am Körper gehalten	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

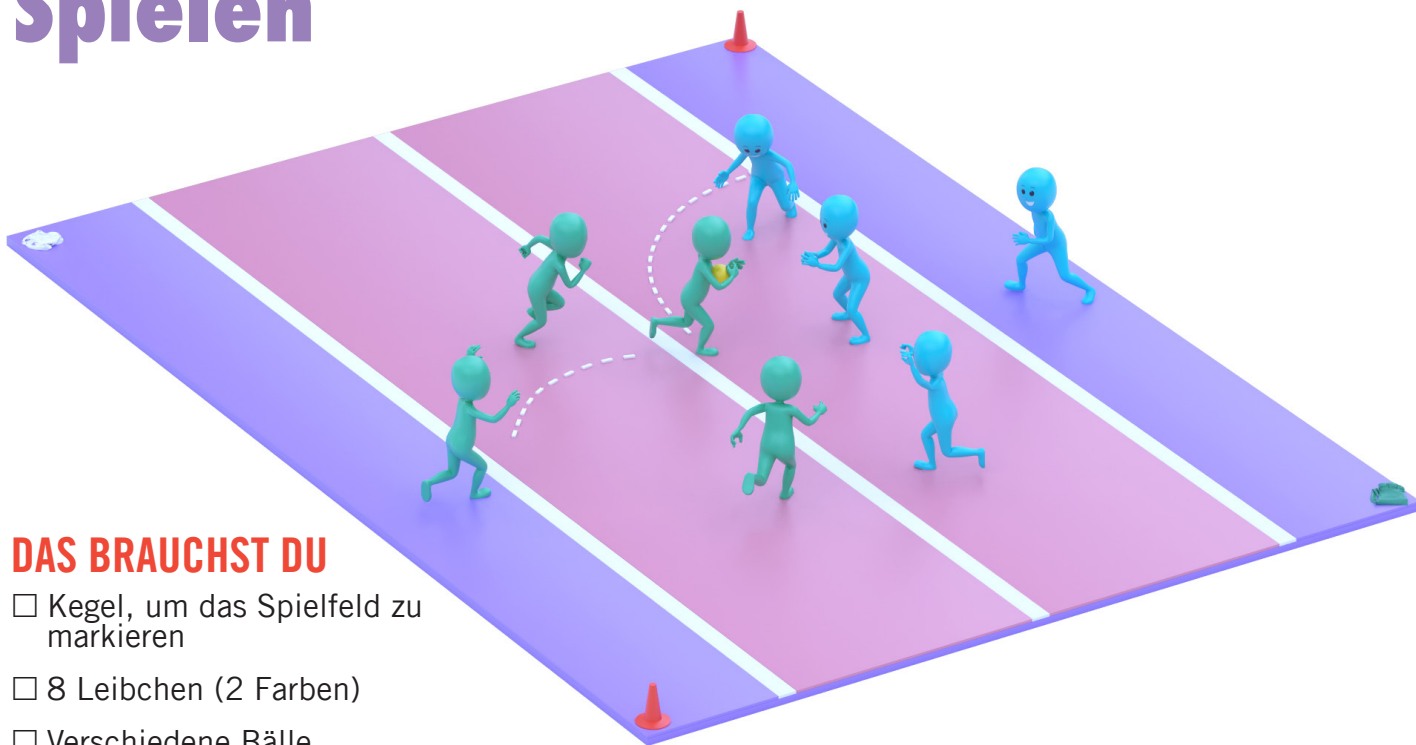
NAME	AUGEN	ARME

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

DURCHGÄNGE

ENDZONE 2

Spielen



DAS BRAUCHST DU

- Kegel, um das Spielfeld zu markieren
- 8 Leibchen (2 Farben)
- Verschiedene Bälle
- 2 Teams mit jeweils 4 Spielern

SPIEL ES SO

- Die Angreifer beginnen das Spiel in einer Endzone und die Abwehrspieler beginnen das Spiel in der anderen Endzone
- Die Angreifer versuchen, den Ball in die gegenüberliegende Endzone zu bringen, um einen Punkt zu erzielen
- Der Ballbesitz wechselt, nachdem ein Punkt erzielt wurde
- Kein Kontakt zwischen den Spielern

SPIEL ES ANDERS

- Bonuspunkt für 3 erfolgreiche Pässe bevor der Ball die Endzone erreicht
- Verwende einen anderen Ball
- Wenn ein Spieler mit dem Ball in den Händen erwischt wird, verliert er den Ballbesitz und darf sich nicht bewegen, bis er einen Pass gefangen hat

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



ENDZONE 2

Bewerten: Seitschritt mit Ball



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Verlagert das Gewicht
- Dreht sich
- Bewegt sich in die andere Richtung

ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Keine oder minimale Beugung in den Knien und die Füße drehen sich, bei Richtungswechseln	Die Knie sind teilweise gebeugt und macht einen Schritt, um sich in die andere Richtung zu bewegen	Die Knie sind gebeugt und drückt sich von einem Fuß zum anderen ab, um sich in die entgegengesetzte Richtung zu bewegen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
KÖRPER	Bleibt aufrecht ohne Drehung im Körper	Lehnt sich leicht nach vorne. Körper wendet sich dem fliegenden Ball zu	Lehnt sich nach vorne. Körper wendet sich dem fliegenden Ball zu und richtet anschließend in Bewegungsrichtung aus	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	KÖRPER

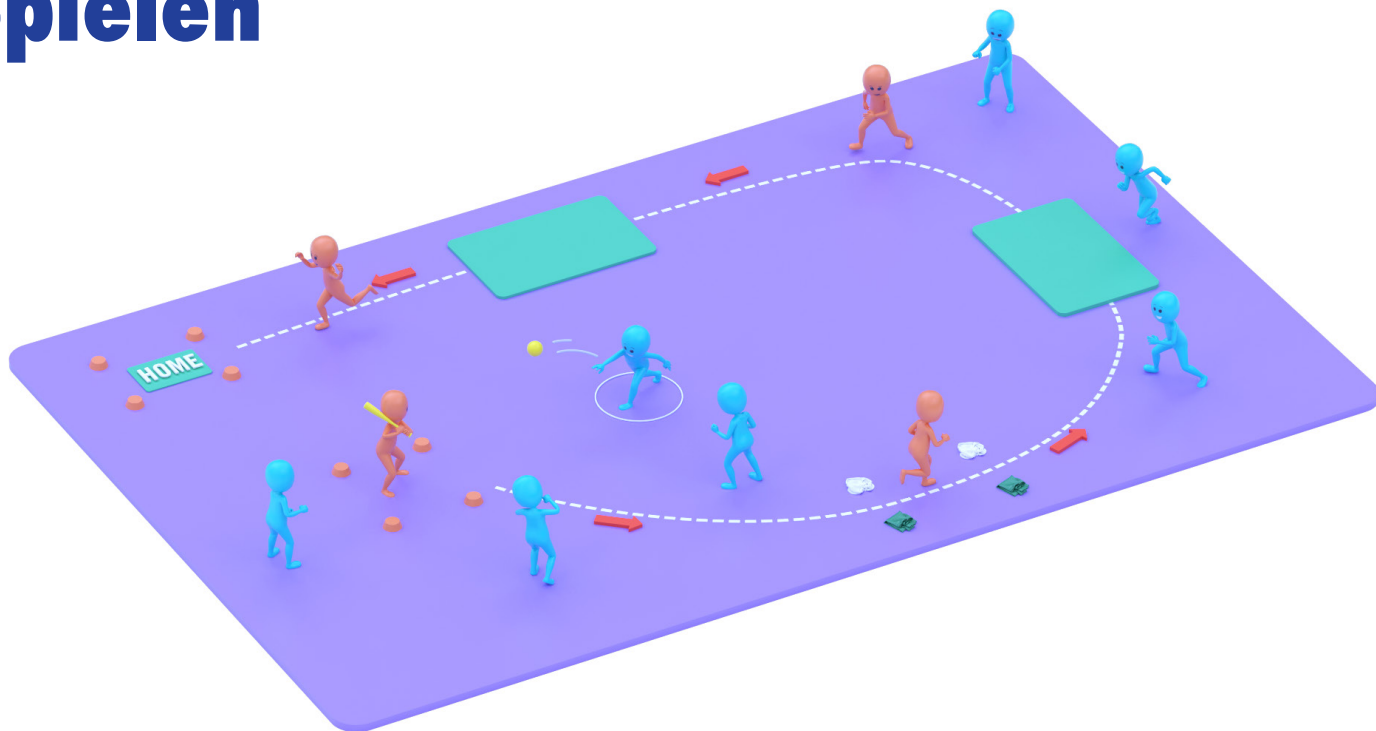
VERSUCHE ALS NÄCHSTES

KABBADI
ENDZONE 2

MATTEN RUNDEN Spielen

DAS BRAUCHST DU

- Kegel zum Markieren von Schlag- und Wurfbereichen
- 3 rutschfeste Matten
- Verschiedene Bälle und Schläger
- 2 Teams



SPIEL ES SO

- Der Schlagende steht im Schlagbereich mit dem Rest des Schlägerteams in sicherer Entfernung dahinter
- Der Werfer steht im Wurfbereich und der Rest des Werferteams ist über das Spielfeld verteilt
- Der Werfer wirft den Ball zum Schläger, der ihn schlägt und dann zur ersten Matte läuft (und weiter zu den nächsten 2 Matten, wenn es kein Aus gibt)
- Der Schläger ist im Aus, wenn ein Feldspieler den Ball fängt, den der Schläger geschlagen hat oder vor dem Schläger eine Matte mit dem Ball erreicht

SPIEL ES ANDERS

- Die doppelte Punktzahl wird vergeben, wenn alle 3 Matten in 2 Schlägen oder weniger erreicht werden
- Verwende Hände oder Füße, um den Ball zu schlagen
- Es darf jeweils nur 1 Spieler auf einer Matte sein

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



MATTENRUNDEN

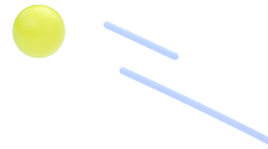
Bewerten: Fangen & Werfen

Hier scannen, um Bewegungskriterien zu prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Bewegt sich, um den Ball zu fangen
- Fängt den Ball sicher
- Wirft den Ball über Kopf, um ihn zum Werfer zurückzuspielen



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
BEINE	Konzentriert sich nicht auf den Ball oder das Ziel	Konzentriert sich auf den Ball	Konzentriert sich auf den Ball und das Ziel	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
ARME	Der Wurfarm schwingt zum Ausholen nicht hinter den Körper und nach dem Abwurf nicht nach unten durch. Der andere Arm hängt ohne Spannung nach unten	Die Wurfhand schwingt hinter den Körper, der Wurfarm wird nach vorne gestreckt, um durchzuschwingen und der andere Arm wird nach oben oder außen zur Seite gehalten	Die Wurfhand und der Wurfarm schwingen hinter den Körper und der Wurfarm wird nach vorne gestreckt, um in Richtung Ziel durchzuschwingen, während der andere Arm nach oben gehalten wird und zum Ziel zeigt	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	BEINE	ARME

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

T-ZEIT
ÜBERFALL

RAUM INVASOREN

3 4V4 Spielen



DAS BRAUCHST DU

- Kegel zum Markieren eines rechteckigen Spielfelds
- 2 Teams mit 4 Spielern
- 8 Leibchen (2 Farben)
- 8 Bälle

SPIEL ES SO

- 2 Teams mit jeweils 4 Spielern, jeder Spieler hat einen Ball
- Die Spieler dribbeln ihren Ball über das Spielfeld und schlagen den Ball des Gegners aus dem Spielfeld
- Körperkontakt ist verboten
- Ein Spieler scheidet aus, wenn sein Ball das Spielfeld verlässt oder er ins Aus tritt
- Ein Team gewinnt, wenn alle vier Gegner ausgeschieden sind

SPIEL ES ANDERS

- Es gibt Bonuspunkte, wenn man den Ball des Gegners aus dem Spielfeld schlägt und er nicht nur die Kontrolle über den Ball verliert
- Verwende ausschließlich deine schwache Hand
- Verwende eine andere Ausrüstung, z. B. Hockeyschläger und -bälle, Footballs

Verwende die Kamera deines Smartphones, um den QR-Code zu scannen und das Spiel anzusehen



RAUMINVASOREN 3 4V4

Bewerten: im Ballbesitz bleiben

Hier scannen, um
Bewegungskriterien zu
prüfen



ACHTE AUF DIESE BEWEGUNG

- Dribbelt den Ball niedrig am Boden
- Wechselt die Fußposition, um den Ball zu schützen
- Berührt die Bälle anderer Spieler



ENTWICKLE DIESE PHASEN

	1. UNERFAHREN	2. FORTGESCHRITTEN	3. ERFAHREN	4. SELBSTSICHER	5. ROUTINIERT
ARME	Schlägt den Ball mit einem geraden Arm und der andere Arm wird an der Seite gehalten	Dribbelt den Ball mit teilweise gebeugtem Arm und der andere Arm ist ausgestreckt	Beugt den Arm, um den Ball abzufangen, streckt den Arm, um den Ball zu spielen und der andere Arm wird ausgestreckt, um den Ball vor dem Abwehrspieler zu schützen	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision
BEINE	Die Beine sind gerade und das vordere Bein wird nicht dazu verwendet, den Ball vor dem Abwehrspieler zu schützen	Die Beine sind teilweise gebeugt und das vordere Bein wird dazu verwendet, den Ball vor dem Abwehrspieler zu schützen	Die Beine sind gebeugt und das vordere Bein schützt ständig den Ball vor dem Abwehrspieler	Kontrolliert und flüssig	Mit Geschwindigkeit und Präzision

BEOBACHTEN UND BEWERTEN

(1, 2, 3, 4 oder 5 einsetzen)

NAME	ARME	BEINE

VERSUCHE ALS NÄCHSTES

QUADRATBALL



RAUM, BELASTUNG & INTERAKTION LEITFADEN

IN DIESEM ABSCHNITT ERHÄLT DER COACH HINWEISE ZUR AKTIVITÄTENANPASSUNG GEMÄß RAUM, BELASTUNG UND INTERKATION.

RAUM IST, WOHIN SICH DER KÖRPER BEWEGT. ER BESCHREIBT DEN PERSÖNLICHEN UND ALLGEMEINEN RAUM UND BEINHÄLTET DIE BEWEGUNGSRICHTUNG, WEGE, STUFEN, EBENEN UND AUSDEHNUNGEN.

BELASTUNG BESCHREIBT, WIE DER KÖRPER IM HINBLICK AUF ZEIT, GEWICHT, DYNAMIK UND QUALITÄT DER BEWEGUNGSABLÄUFE AGIERT.

DIE INTERAKTION LEGT DAR, WELCHE VERBINDUNGEN DER KÖRPER HERSTELLT, WENN ER IN BEWEGUNG IST. AUF DIESE WEISE ENTWICKELN KINDER EIN BEWUSSTSEIN FÜR IHREN KÖRPER UND LERNEN, WIE SIE MIT ANDEREN KINDERN, EQUIPMENT ODER SONSTIGEN OBJEKTEN INTERAGIEREN.



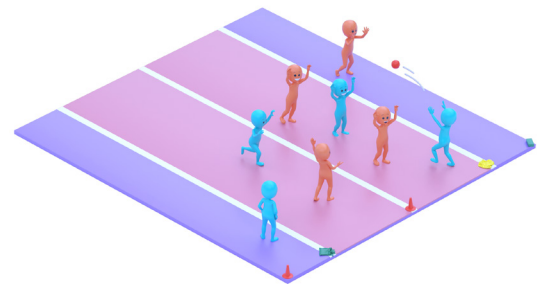
ECKBALL

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
DOPPELKONTAKT (Ball zurückholen, zweimal berühren und schießen)	Bewege dich Richtung Ziel, um einen Schuss abzugeben	Variiere den Kraftaufwand bei den Ballkontakten, um näher ans Ziel zu gelangen	Entscheide je nach Position der anderen Spieler, von wo du deinen Schuss auf das Ziel abgibst
ERSTES TEAM, DAS IN JEDEM ZIELBEREICH GETROFFEN HAT	Rolle einen Ball möglichst nah an ein bestimmtes Ziel heran	Passe die Geschwindigkeit an, um den rollenden Ball zurückzuholen	Überprüfe die Position deiner Gegenspieler, um Zusammenstöße zu vermeiden
ZWEI AKTIVE SPIELER PRO TEAM	Spiel den Ball ab, damit dein Teamkamerad näher ans Tor gelangt	Passe die Geschwindigkeit des Passes der Position des Teamkameraden an	Kommuniziere mit deinem Partner, um die Schussrichtung abzusprechen



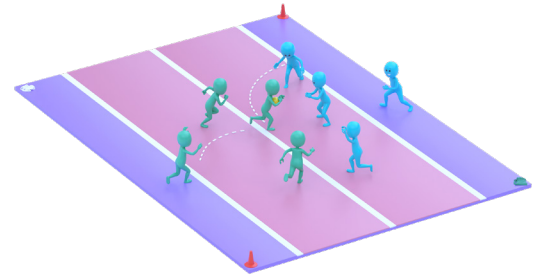
ENDZONE 1

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
WIRD DER BALL ABGEFANGEN ODER FALLENGELASSEN, ERHÄLT IHN DAS GEGNERISCHE TEAM	Raum ist aufgrund der engen Aufstellung der Verteidiger begrenzt	Die beim Zuspiel aufgewendete Kraft variiert je nach Position der Verteidiger und Teamkollegen	Bewege dich auf deinen Teamkollegen zu, um den Pass zu erreichen
ZIELSPIELER IN DER ENDZONE, UM PASS ZU ERREICHEN UND ZU PUNKTEN	Auf ein Ziel hinbewegen	Schnelle und sichere Annahme und Weitergabe des Balls, um den Gegner zu überlisten	Position des Verteidigers in Relation zum anvisierten Spieler
PUNKTE FÜR GEEIGNETE PÄSSE	Gewählte Passart, um den Gegner zu überlisten z. B. Hoch- oder Tiefpass	Schusskraft bei kurzem, schnellem Zuspiel	Auswahl der Passart je nach Position der Teamkollegen und Gegner



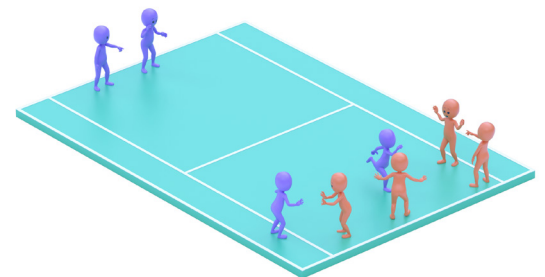
ENDZONE 2

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
BONUSPUNKT FÜR EINEN TREFFER NACH EINEM ERFOLGREICHEN TRICK	Raum zum Gegner schaffen	Große Antrittsstärke mit einem Fuß nötig, um Richtung zu ändern	Angreifer schweifen aus, um dem Ballbesitzer Raum zu schaffen
TREFFERZONE	Weniger Raum im Zielbereich	Angetäuschter Pass, um den Verteidiger vor dem Zuspiel auszubremesen	Teamkameraden bewegen sich nach vorne, unterstützen den Ballbesitzer und sorgen für verschiedene Schießoptionen
ZIELSPIELER IN ENDZONE	Weniger Raum für Bewegungen der Spieler in der vorderen und hinteren Zone	Die Passart variiert je nach Position der Teamkollegen und Verteidiger	Zielspieler verändert seine Position in der Endzone, um seinem Teamkollegen den Schuss zu erleichtern



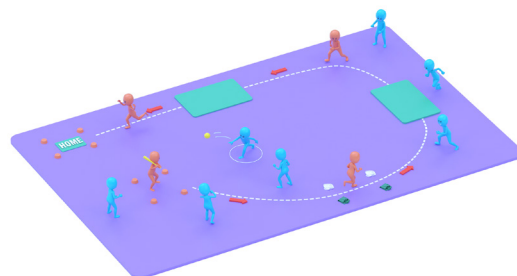
KABADDI

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
ZWEI ANGRIFSSPIELER GLEICHZEITIG	Verteidiger verteilen sich innerhalb der Zone, um Räume für die Angreifer zu schließen	Angreifer stimmen ihr Tempo auf ihre Teamkollegen ab, um gemeinsam zu attackieren	Angreifer laufen auf die Verteidiger zu, um sie von den Teamkollegen wegzulocken
3-SEKÜNDIGER STILLSTAND (Getaggte Angreifer müssen drei Sekunden lang stillstehen)	Spieler versuchen, außer Reichweite zu bleiben	Schnelle Richtungswechsel	Verteidiger verändern ihre Position, wenn ein Teamkamerad stillstehen muss
BEIDE TEAMS SCHICKEN ZUR GLEICHEN ZEIT EINEN ANGREIFER LOS	Geht verschiedene Wege, um einen Zusammenstoß mit den Verteidigern zu vermeiden	Bei ständiger Bewegung ist Ausdauer gefordert	Verteidiger entwickeln eine Teamstrategie, um den Angriff mit weniger Spielern abzuwenden



MATTENSCHLAGBALL

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
DAS GESAMTE TEAM BERÜHRT DEN BALL, UM DAS SPIEL ZU STOPPEN	Feldspieler geben bei einem Angriff die Laufrichtung vor	Feldspieler passen das Tempo ihrer jeweiligen Position zum geschlagenen Ball an	Feldspieler laufen Richtung Fänger
DREI PÄSSE, BEVOR DER BALL ZUM WERFER GELANGT, UM DAS SPIEL ZU STOPPEN	Feldspieler laufen Richtung Fänger, um das Zuspiel zu erleichtern	Variiere die Wurfkraft je nach Distanz zum Fänger	Spieler sind in Bewegung, um kurze und schnelle Zuspiele zu erleichtern
ZIELTREFFER-ZONEN/-TORE (Nah/weit/links/rechts)	Schläger wählen ein Ziel aus	Variiere die Wurfkraft deines Schlags, um die Feldspieler auszutricksen	Schläger entscheiden sich je nach Position der Verteidiger für eine Schlagrichtung



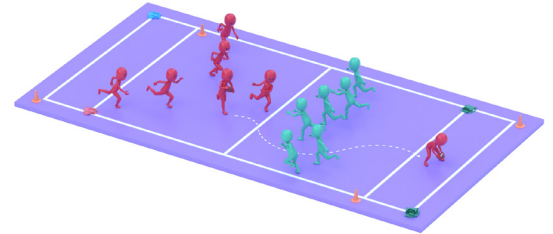
SKILL-PARCOURS

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
STELLE MARKIERUNGEN FÜR DIE FUßPOSITIONIERUNG AUF, UM DEN PYLONEN AUSZUWEICHEN	Effizientere Umrundungen der Pylonen	Effektive Gewichtsverlagerung zum Richtungswechsel	Geringere Wahrscheinlichkeit, über einen Pylonen hinauszuschießen
REDUZIERE DIE ZEIT FÜR DIE ERLEDIGUNG DER AUFGABEN	Wähle den schnellsten Weg	Schaffe einen Ausgleich zwischen Aufwand und Nutzen; wähle das höchste Tempo, bei dem du noch die Kontrolle hast	Halte den Ball dicht am Körper, um die Kontrolle zu behalten
HALTE WÄHREND DES ROLLENS UND DER SPEED-BOUNCE-AKTIVITÄT EINEN BALL HOCH WENN DER BALLON DEN BODEN BERÜHRT, GEHEN PUNKTE VERLOREN	Halte den Ballon beim Speed Bounce auf mittlerer und beim Rollen auf niedriger Höhe	Bei den Spielern sind größere Anstrengungen nötig, um die Aufgabe zu erledigen und den Ballon hochzuhalten	Halte den Ballon dicht am Körper, um die Kontrolle zu behalten



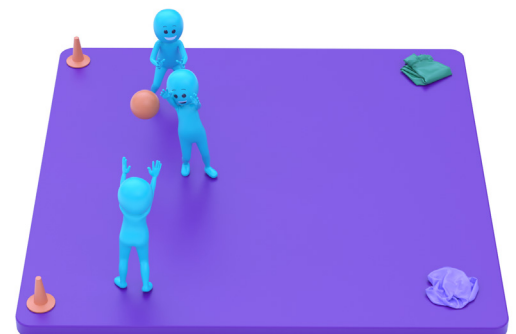
TAGGEN

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
BREITE ZONEN AUF JEDER SEITE DES SPIELFELDS, BONUSPUNKTE FÜR BÄLLE IN DIE UND AUS DER BREITEN ZONE	Mehr Raum geschaffen, den die Spieler nutzen können	Spieler brauchen mehr Ausdauer, um die größeren Räume zu nutzen	Angreifer schaffen sich Räume, um den Ball von Spielern in der breiten Zone anzunehmen
BONUSPUNKT FÜR ERFOLGREICHE TÄUSCHUNGSMANÖVER GEGEN ANGREIFER	Ein erfolgreiches Täuschungsmanöver verschafft dem Angreifer mehr Raum	Höhere Antrittsstärke, um einen Richtungswechsel einzuleiten	Verteidiger nehmen die bestmögliche Position ein, um dem Angreifer möglichst wenig Raum zu bieten
DREI PÄSSE ZUM TOUCHDOWN	Spieler variieren ihre Laufwege, um den Ballbesitzer zu unterstützen	So nah wie möglich am Ballbesitzer zu bleiben sorgt für kleinere und ausweichende Stop-and-go-Aktionen, die unterschiedlich viel Kraft kosten	Angreifer entscheiden sich für eine Position, in der sie den Ballbesitzer bestmöglich unterstützen können



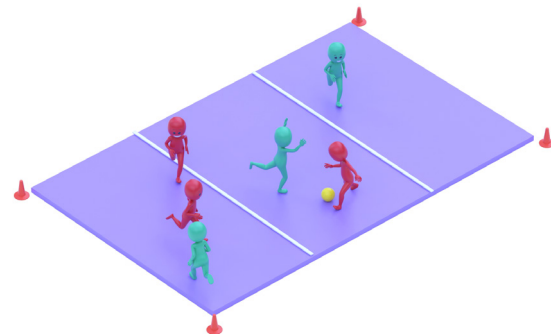
SPACE INVADERS 1

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
SPIELER BEWEGT SICH RICHTUNG ZIELLINIE	Vorwärts bewegen Richtung Ziellinie	Wurfart verändern, um Verteidiger auszutricksen	Entscheide abhängig von der Position des Verteidigers, wann der richtige Zeitpunkt für das Zuspiel ist
ACHT ERFOLGREICHE PÄSSE ERGEBEN EINEN PUNKT	Nutze den kompletten Raum, um den Ball anzunehmen	Verändere die Geschwindigkeit je nach Position des Verteidigers	Bewege dich auf deinen Partner zu, um das Zuspiel zu erleichtern
GLEICHGÜLTIGE VERTEIDIGUNG (Verteidiger verhält sich wie ein Hindernis und verteidigt nicht aktiv)	Ändere das Level und die Kurve des Zuspiels	Mach die Wurfart von der Position des Verteidigers abhängig	Bewege dich auf deinen Teamkollegen zu, um den Pass zu erreichen



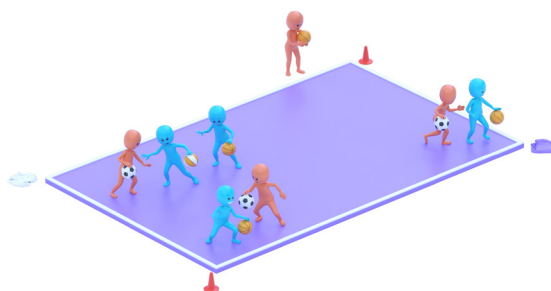
SPACE INVADERS 2

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
MIT DEN FÜßEN SCHIEßEN	Halte den Ball am Boden	Variiere die Passintensität	Fang den Ball, wähle einen Teamkameraden in einer guten Position aus und spiel ihm den Ball zu
VERTEIDIGER KÖNNEN SICH IN DAS ANGRENZENDE DRITTEL BEGEBEN	Weniger Raum und kurze, schnelle Pässe	Tempovariationen, um den Gegner auszutricksen	Einen Teamkameraden für das Zuspiel je nach Position der Verteidiger auswählen
WIRD DER BALL ABGEFANGEN, ERHÄLT IHN DAS GEGNERISCHE TEAM	Mach deine Laufwege von der Position der Verteidiger und Teamkameraden abhängig. (Bewege dich auf deine Teamkameraden zu und von den Verteidigern weg)	Schnelle Ballwechsel	Positioniere dich selbst näher am Fänger, um den Pass abzufangen



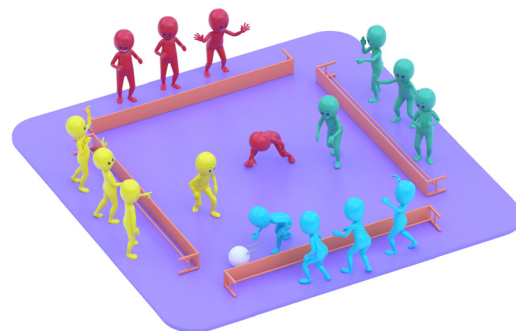
SPACE INVADERS 3

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
GRÖSSE DES SPIELFELDS VERKLEINERN	Weniger Platz, um den Verteidigern auszuweichen	Dribble den Ball tiefer und wechsele häufig die Körperstellung, um den Ball zu schützen	Das Spiel in größerer Nähe zu Gegnern und Mitspielern spielen
EIN TEAM ÜBERFORDERN	Kleinere Teams werden defensiver spielen, wodurch größere Teams mehr Platz für Angriffe haben	Schaffe eine 2-gegen-1-Situation und versuche, den Spieler von verschiedenen Seiten anzugreifen	Mehr Chancen, um 2-gegen-1-Situationen zu schaffen
AUSGESCHIEDENE SPIELER MÜSSEN WIEDER ZURÜCKKOMMEN KÖNNEN	Der Raum, der durch das Ausschalten eines Spielers entsteht, ist nur von kurzer Dauer	Größere Teams sollten einen Angriff starten, bevor der ausgeschiedene Spieler wieder zurückkommt	Achte auf Spieler, die möglicherweise ins Spiel zurückkommen, da das Spiel immer mit 4 gegen 4 gespielt wird



QUADRATBALL

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
FANGEN UND WERFEN. WENN EIN SPIELER WIRFT UND DEN VON DER BANK ZURÜCKPRALLENDEN BALL FÄNGT, DARF ER NOCHMAL WERFEN. DAS SPIEL WIRD FÜR EINE MINUTE FORTGESETZT. DIE SPIELER AM SPIELFELDRAND ZÄHLEN DIE PUNKTE. BALL ROLLT WIEDER	Weniger Raum in der Nähe der Zielbereiche, wenn sowohl Verteidiger als auch Angreifer versuchen, den Ball zurückzuholen	Variiere die Wurfkraft, um einen Rebound herbeizuführen	Versuche, das Ziel aus einem bestimmten Winkel zu treffen, um den Rebound zu fangen.
EIN BALL, VIER TEAMS. SPIELER KÖNNEN IN JEDES TOR SCHIEßEN, UM PUNKTE ZU ERZIELEN. DAS ERSTE TEAM, DAS JEDES TOR EINMAL GETROFFEN HAT, GEWINNT. DAS SPIEL BEGINNT VON VORNE	Weniger Raum, um den Ball zu fangen, wenn vier Spieler um den Ballbesitz kämpfen	Impulsive und intensive Aktionen, um in Ballbesitz zu bleiben	Versuche, die Verteidiger im hinteren Bereich zu decken, um in Ballbesitz zu bleiben
PUNKT VERLIEREN, SPIELER HINZUGEWINNEN. WENN EIN TEAM EINEN PUNKT ERZIELT, DARF DAS ANDERE TEAM IN DER NÄCHSTEN RUNDE EINEN ZUSÄTZLICHEN SPIELER NOMINIEREN. MAXIMAL ZWEI SPIELER PRO TEAM	Weniger Raum, weil sich mehr Spieler in dem Bereich befinden	Größere Anstrengung durch den punktenden Spieler bei größerer Anzahl von Verteidigern nötig	Beurteile die Position des Teamkamerraden in Relation zu den Verteidigern und dem Ziel und entscheide, ob du abspielen oder werfen willst



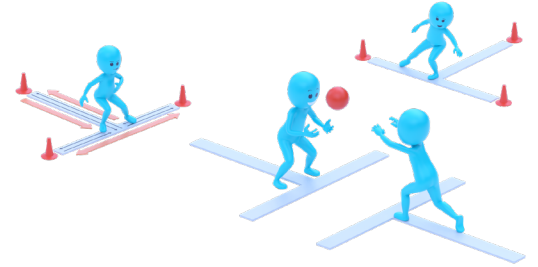
RAZZIA

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
BESTIMME EINEN VERTEIDIGER, DER SPIELER TAGGEN KANN. TAGGED, KEIN EQUIPMENT GENOMMEN ODER ZURÜCKGEGEBEN	Wähle einen Weg, um den Verteidigern auszuweichen	Starke Antrittskraft, um auszuweichen	Entscheide je nach Position des Verteidigers, ob du schneller rennen musst
LAUF EINE RUNDE, NACHDEM DU EQUIPMENT AUFGESAMMELT HAST. TAGGE EINEN ANDEREN SPIELER, DER DAS OBJEKT ZUM REIFEN IN DER MITTE ZURÜCKBRINGEN MUSS	Ändere die Level schnell, um Equipment aufzusammeln und abzulegen	Erhöhe das Tempo, um einen Spieler zu taggen	Passe die Geschwindigkeit je nach Position der Gegenspieler an
ÄNDERE DIE FORTBEWEGUNGSART (SEITWÄRTS, ZICK-ZACK)	Zeitdauer zur Abdeckung des gesamten Raums	Nötige Ausdauer, um verschiedene Fortbewegungsarten beizubehalten	Verändere das Tempo je nach Distanz zu den Reifen



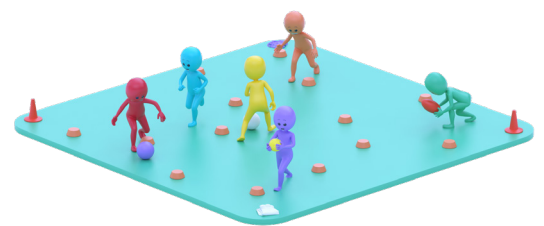
T-ZEIT

	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
5-BEAT-CHALLENGE. (Der Leader gibt einen Rhythmus auf der Trommel/dem Tamburin vor) FÜNF SCHLÄGE, UM VOM STARTPUNKT ZU JEDEM PYLON ZU GEHEN, UND AM OBEREN RAND DES TS EIN OBJEKT IN EMPFANG ZU NEHMEN	Variiere die Größe der Ts	Passe die Geschwindigkeit an, um im richtigen Rhythmus rechtzeitig anzukommen	Fang den Ball am oberen Rand des Ts beim fünften Trommelschlag
NIMM DAS OBJEKT AM OBEREN RAND DES TS IN EMPFANG (vom Zubringer oder dem Spieler beim anderen T)	Fange ein Objekt bei den verschiedenen Leveln	Passe die Annäherungsgeschwindigkeit an, um am oberen Rand des Ts ein Objekt in Empfang zu nehmen	Signalisiere deinem Partner, wo du das Objekt in Empfang nehmen möchtest.
SPIELPARTNER SPIEGELN	Variiere die Größe der Ts	Passe die Geschwindigkeit an, um Ankunft am oberen Rand des Ts zu synchronisieren	Bewege dich in die von deinem Partner angezeigte Richtung



GATEWAYS

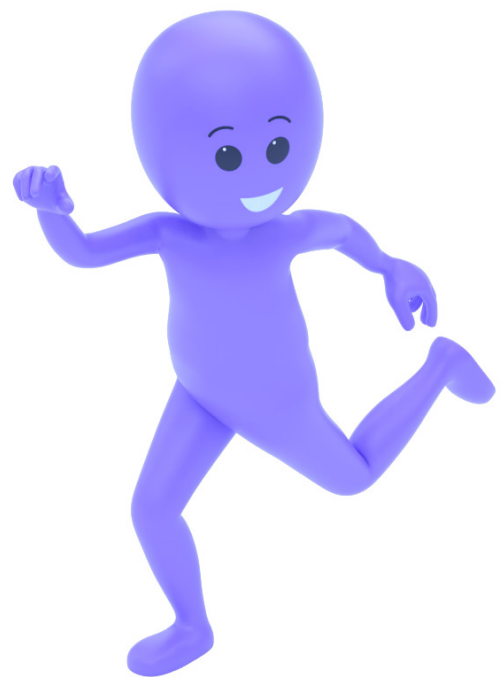
	RAUM	BELASTUNG	INTERAKTION
1 MINUTE ZEITLIMIT	Bewege dich in unterschiedliche Richtungen und nutze den vorhandenen Raum. (Bei Toren, die dicht beieinander liegen, ist ein starker Antritt nötig, um die Richtung zu ändern)	Passe die Geschwindigkeit der Distanz zum Tor an	Behalte die anderen Spieler im Blick, um dir einen effizienten Weg durch die Pylonen zu suchen
LEITE EINEN/FOLGE EINEM PARTNER. DER LEADER IST IN BALLBESITZ, LÄUFT DURCH EIN TOR, STOPPT DEN BALL, SPIELT IHN ZURÜCK ZU SEINEM PARTNER, DER DANN ALS LEADER AGIERT	Halte das Objekt dicht am Körper und unter Kontrolle	Passe die Schusskraft der Position deines Partners an	Halte beim Dribbeln Abstand zu deinen Partnern
ARBEITE MIT DEINEM PARTNER ZUSAMMEN, WÄHREND IHR DIE TORE PASSIERT. BRING ZWEI VERTEIDIGER INS SPIEL, DIE VERSUCHEN, DEN BALL ABZUFANGEN	Variiere die Laufwege durch die Tore und wähle die Tore aus, die leicht zu erreichen und möglichst weit von den Verteidigern entfernt sind. Schau dich um, triff eine Entscheidung, spiel ab und ändere deine Position	Verändere dein Tempo beim Durchlaufen der Tore je nach Position des Verteidigers	Überprüfe die Position des Verteidigers und signalisiere deinem Partner, wohin er den Ball passen soll





AUSFÜHRLICHE BEWERTUNG- SKRITERIEN

**IN DIESEM ABSCHNITT ERHÄLT
DER COACH INFORMATIONEN ZU
AUSFÜHRLICHEN BEWERTUNGSKRITERIEN
FÜR DEN GESAMTEN KÖRPER UND
FÜR JEDE AKTIVITÄT - ZUSÄTZLICH ZU
DEN AUF DER KARTE ANGEgebenEN
KÖRPERTEILEN.**



ECKBALL

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nicht auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball und andere Spieler 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Minimaler Rückschwung und Durchschwung des Wurfarms Hauptsächlich an der Seite 	<ul style="list-style-type: none"> Wurfarm schwingt etwas nach hinten, dann nach vorne, um den Ball zu werfen Der andere Arm ist ausgestreckt zum Ausgleichen 	<ul style="list-style-type: none"> Der Wurfarm schwingt nach hinten, dann nach vorne, um den Ball zu werfen Der andere Arm ist ausgestreckt und angehoben zum Ausgleichen 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind nicht gebeugt Kein Schritt in die beabsichtigte Richtung des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind teilweise gebeugt Das Gewicht wird leicht nach vorne verlagert, ein Fuß steht möglicherweise vor dem anderen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind im 90-Grad-Winkel gebeugt Das Gewicht wird nach vorne verlagert, anderer Fuß macht einen Schritt nach vorne 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper ist dem Ziel zugewandt mit minimaler Rotation 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise Rotation des Körpers, um den Ball zu werfen Der Körper ist manchmal nah am Boden 	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper dreht sich nach hinten, dann nach vorne, um den Ball zu werfen Der Körper ist nah am Boden 		

ENDZONE 1

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 ENTWICKELNDE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nicht auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball und andere Spieler 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Seitlich am Körper gehalten Ellbogen sind nicht gebeugt 	<ul style="list-style-type: none"> Vor dem Körper gehalten Ellbogen sind teilweise gebeugt 	<ul style="list-style-type: none"> Vor dem Körper hochgehalten Ellbogen sind gebeugt 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind minimal oder nur ein Knie ist gebeugt Füße werden gedreht, um sich in die andere Richtung zu bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind teilweise gebeugt Macht einen Schritt, um sich in die andere Richtung zu bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind gebeugt Stößt sich von einem Fuß zum anderen ab, um sich in die andere Richtung zu bewegen 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Bleibt aufrecht Keine Körperrotation 	<ul style="list-style-type: none"> Leicht nach vorne gelehnt Körper rotiert, um sich dem fliegenden Ball zuzuwenden 	<ul style="list-style-type: none"> Nach vorne gelehnt Körper rotiert, um sich dem fliegenden Ball zuzuwenden und dann nach vorne zu drehen 		

ENDZONE 2

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung, in die sich der Körper bewegt 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung der Täuschung, dann in die Richtung, in die sich der Körper bewegt 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung der Täuschung 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Der Ball wird mit zwei Händen vor dem Körper gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Der Ball wird mit einem Arm gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Der Ball wird mit einem Arm am Körper gehalten 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Füße werden gedreht, um sich in die andere Richtung zu bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> Macht einen Schritt, um sich in die andere Richtung zu drehen 	<ul style="list-style-type: none"> Stößt sich vom Außenfuß zum Innenfuß ab, um sich in die andere Richtung zu bewegen 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Bleibt aufrecht Körper wird nicht in die Richtung der Täuschung oder Bewegung bewegt 	<ul style="list-style-type: none"> Nach vorne gelehnt Körper wird in die Richtung der Bewegung bewegt 	<ul style="list-style-type: none"> Leicht nach vorne gelehnt Körper wird in die Richtung der Täuschung, dann in die Richtung der Bewegung bewegt 		

GATEWAYS

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nach unten 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut meist nach unten oder in die Richtung der Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung der Bewegung 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind gerade Kein Armschwung entgegengesetzt zu den Beinen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind minimal gebeugt Wenig Armschwung entgegengesetzt zu den Beinen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind etwa im 90-Grad-Winkel gebeugt Die Arme schwingen gegengleich zu den Beinen (rechtes Bein vorne/linker Arm vorne) 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Geringer Fersenhub beim Erholungsschwung 	<ul style="list-style-type: none"> Fersen bleiben unter den Knien beim Erholungsschwung 	<ul style="list-style-type: none"> Fersen werden beim Erholungsschwung nah zum Gesäß gebracht 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Aufrecht 	<ul style="list-style-type: none"> Nach vorne gelehnt 	<ul style="list-style-type: none"> Leicht nach vorne gelehnt 		

KABADDI

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nicht auf den anvisierten Spieler oder die anvisierte Spielerin 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut gelegentlich auf den anvisierten Spieler oder die anvisierte Spielerin 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut immer auf den anvisierten Spieler oder die anvisierte Spielerin 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Werden seitlich gehalten Der vordere Arm greift nicht nach dem anvisierten Spieler oder der anvisierten Spielerin 	<ul style="list-style-type: none"> Werden nach oben und zur Seite gehalten Der vordere Arm greift nach dem anvisierten Spieler 	<ul style="list-style-type: none"> Beide Arme werden nach oben und vorne gehalten Der vordere Arm greift nach dem anvisierten Spieler und der andere Arm wird hinter den Körper gebracht 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Knie sind minimal gebeugt Stößt sich von keinem Bein ab, um die Richtung zu wechseln 	<ul style="list-style-type: none"> Beide Knie gebeugt Das hintere Bein ist nicht voll gestreckt, um sich in die andere Richtung abzustößeln 	<ul style="list-style-type: none"> Das vordere Knie ist gebeugt, das hintere Bein gestreckt Das hintere Bein ist voll gestreckt, um sich in die andere Richtung abzustößeln 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Aufrecht oder seitlich gedreht 	<ul style="list-style-type: none"> Leicht nach vorne gelehnt 	<ul style="list-style-type: none"> Lehnt sich nach vorne und bringt die Brust nah zum vorderen Knie 		

MATTENRUNDEN

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Nicht auf den Ball oder das Ziel gerichtet 	<ul style="list-style-type: none"> Auf den Ball gerichtet 	<ul style="list-style-type: none"> Auf den Ball und das Ziel gerichtet 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Kein Rückschwung des Wurfarms hinter den Körper Wurfarm schwingt nach unten durch Der andere Arm wird seitlich gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Der Wurfarm schwingt hinter den Körper beim Rückschwung Der Wurfarm wird nach vorne gestreckt, um durchzuschwingen Der andere Arm wird nach oben oder außen zur Seite gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Der Wurfarm wird beim Rückschwung hinter den Körper gebracht Der Wurfarm wird gestreckt, um in Richtung des Ziels durchzuschwingen Der andere Arm wird nach oben gehalten und zeigt in die Richtung des Ziels 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Beine sind zur Ballannahme gestreckt Macht keinen Schritt in Richtung des Ziels, um zu werfen 	<ul style="list-style-type: none"> Beine sind zur Ballannahme teilweise gebeugt Macht mit dem Bein auf der Wurfarmseite einen Schritt nach vorne, um loszulassen 	<ul style="list-style-type: none"> Beine sind zur Ballannahme im 90-Grad-Winkel gebeugt Macht mit dem dem Wurfarm gegenüberliegenden Bein einen Schritt nach vorne, um loszulassen 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Keine Rotation nach hinten beim Werfen 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise Rotation nach hinten beim Werfen 	<ul style="list-style-type: none"> Rotiert nach hinten, damit der Körper beim Werfen seitlich zum Ziel steht 		

SKILL-PARCOURS

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball und in die Richtung der Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung der Bewegung 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Schlägt den Ball mit der Hand und gestrecktem Arm Verwendet die dominante Hand zum Dribbeln des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Dribbelt den Ball mit teilweise gebeugtem Arm Kann den Ball mit beiden Händen dribbeln, bevorzugt aber immer noch eine 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind gebeugt, um den Ball abzufangen, und gestreckt, um den Ball zu dribbeln Verwendet beide Hände gleich gut 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Gerade Läuft um die Kegel 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise gebeugt Gewicht wird beim Laufen um die Kegel seitlich verlagert 	<ul style="list-style-type: none"> Gebeugt Abstoßen erfolgt über den Außenfuß zum Innenfuß beim Laufen um die Kegel 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper dreht sich Der Körper ist aufrecht 	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper dreht sich Leicht nach vorne gelehnt 	<ul style="list-style-type: none"> Minimale Körperbewegung Leicht nach vorne gelehnt 		

ÜBERFALL

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nach unten 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut meist nach unten oder in die Richtung der Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut in die Richtung der Bewegung 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind gerade Kein Armschwung entgegengesetzt zu den Beinen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind minimal gebeugt Wenig Armschwung entgegengesetzt zu den Beinen 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind etwa im 90-Grad-Winkel gebeugt Arme schwingen gegengleich zu den Beinen (rechtes Bein vorne/linker Arm vorne) 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Geringer Fersenhub beim Erholungsschwung Das vordere Bein ist beim Abstoßen gestreckt 	<ul style="list-style-type: none"> Fersen bleiben unter den Knien beim Erholungsschwung Das vordere Bein ist beim Abstoßen fast gestreckt 	<ul style="list-style-type: none"> Fersen werden beim Erholungsschwung nah zum Gesäß gebracht Das vordere Bein wird beim Abstoßen gestreckt 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Aufrecht 	<ul style="list-style-type: none"> Nach vorne gelehnt 	<ul style="list-style-type: none"> Leicht nach vorne gelehnt 		

QUADRATBALL

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNGSFREIHEIT	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nicht auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf andere Spieler und den Ball 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme bleiben in der Bewegung gerade Der Ball ist in der Bewegung nicht am Körper 	<ul style="list-style-type: none"> Der Arm ist in der Bewegung teilweise gebeugt Der Ball ist in der Bewegung näher am Körper 	<ul style="list-style-type: none"> Der Arm ist in der Bewegung im 90-Grad-Winkel gebeugt Der Ball wird nah am Körper gehalten 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind nicht gebeugt Begrenzte Fußbewegung in die entgegengesetzte Richtung 	<ul style="list-style-type: none"> Die Knie sind gebeugt Macht einen Schritt in Richtung des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Der Arm ist in der Bewegung im 90-Grad-Winkel gebeugt Der Ball wird nah am Körper gehalten 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Keine Körperrotation Der Körper ist nicht der Richtung der Bewegung zugewandt 	<ul style="list-style-type: none"> Körper dreht sich in Richtung der Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> Körper dreht und lehnt sich nach vorne in Richtung der Bewegung 		

SPACE INVADERS 1 2V1

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nicht auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball und andere Spieler 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Werden seitlich gehalten, nicht bereit zur Ballannahme Der Ball wird mit Armen und Körper gefangen 	<ul style="list-style-type: none"> Werden zur Ballannahme vor dem Körper gehalten Der Ball wird nur mit den Händen gefangen 	<ul style="list-style-type: none"> Werden zur Ballannahme nach oben und vor dem Körper gehalten Der Ball wird nur mit den Händen vor dem Körper gefangen 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Macht keinen Schritt in Richtung Flugbahn des Balls Füße werden platziert, nachdem der Ball gefangen wurde 	<ul style="list-style-type: none"> Füße werden entsprechend der Flugbahn des Balls ausgerichtet Füße drehen sich in Richtung des Wurfziels 	<ul style="list-style-type: none"> Macht einen Schritt in Richtung Flugbahn des Balls Macht einen Schritt in Richtung Wurfziel 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Keine Rotation in Richtung Flugbahn des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise Rotation des Körpers in Richtung Flugbahn des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Rotiert und lehnt sich in Richtung Flugbahn des Balls 		

SPACE INVADERS 2 3V2

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Nicht auf den Ball konzentriert Augen hinter dem Ball bei Berührung 	<ul style="list-style-type: none"> Augen nach oben vor Berührung Augen bei Berührung über dem Ball und nach vorne gerichtet 	<ul style="list-style-type: none"> Bei Berührung auf den Ball konzentriert Augen über dem Ball bei Berührung 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Werden nicht an der Seite gehalten Kein Armschwung beim Schießen des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Werden tief an der Seite gehalten Minimaler Armschwung beim Schießen des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Werden bei Berührung auf Schulterhöhe gehalten Der Arm auf der Schussbeinseite wird niedriger gehalten und schwingt bei Berührung zurück 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Läuft gerade zum Ball Fuß wird nicht neben dem Ball platziert Schussbein schwingt nicht durch in Richtung des Ziels 	<ul style="list-style-type: none"> Läuft in minimalem Winkel zum Ball Der andere Fuß wird entfernt vom Ball platziert Knie sind beim Rückschwung minimal gebeugt Das Schussbein wird minimal in Richtung des Ziels durchgeschwungen 	<ul style="list-style-type: none"> Läuft im 45-Grad-Winkel zum Ball Der andere Fuß wird neben dem Ball platziert Knie sind beim Rückschwung gebeugt Schussbein schwingt nicht durch in Richtung des Ziels 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Aufrecht oder nach hinten gelehnt bei Berührung 	<ul style="list-style-type: none"> Lehnt sich bei Berührung in Richtung des Ziels 	<ul style="list-style-type: none"> Lehnt sich bei Berührung nach vorne in Richtung des Ziels 		

SPACE INVADERS 3 4V4

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball und andere Spieler 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf andere Spieler 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Schlägt den Ball mit gestrecktem Arm Der andere Arm wird an der Seite gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Dribbelt den Ball mit teilweise gebeugtem Arm Der andere Arm nach außen gestreckt 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme sind gebeugt, um den Ball abzufangen, und gestreckt, um den Ball zu dribbeln Der andere Arm wird nach außen gestreckt, um den Ball vor dem Abwehrspieler oder der Abwehrspielerin zu schützen 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Gerade Das vordere Bein wird nicht verwendet, um den Ball vor dem Abwehrspieler oder der Abwehrspielerin zu schützen 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise gebeugt Das vordere Bein wird verwendet, um den Ball vor dem Abwehrspieler oder der Abwehrspielerin zu schützen 	<ul style="list-style-type: none"> Gebeugt Das vordere Bein wird schützt den Ball immer vor dem Abwehrspieler oder der Abwehrspielerin 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper ist aufrecht Der Körper wird nicht verwendet, um den Ball vor dem Abwehrspieler oder der Abwehrspielerin zu schützen 	<ul style="list-style-type: none"> Teilweise nach vorne, nicht über den Ball gelehnt Der Körper wird verwendet, um den Ball vor dem Abwehrspieler zu schützen 	<ul style="list-style-type: none"> Nach vorne über den Ball gelehnt Der Körper schützt den Ball immer vor dem Abwehrspieler zu schützen 		

FANGEN

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Nicht auf den Ball oder den Werfer gerichtet 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut auf den Ball oder andere Spieler 	<ul style="list-style-type: none"> Auf den Ball in den Händen gerichtet 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme werden bei Ballannahme seitlich gehalten Der Ball wird nicht mit zwei Händen gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme werden zur Ballannahme vor dem Körper gehalten Der Ball wird mit zwei Händen gehalten 	<ul style="list-style-type: none"> Die Arme werden zur Ballannahme nach oben und vor den Körper gehalten Der Ball wird mit zwei Händen nah am Körper gehalten 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Die Füße werden aufgesetzt, um den Ball zu fangen 	<ul style="list-style-type: none"> Macht einen Schritt in Richtung Flugbahn des Balls 	<ul style="list-style-type: none"> Macht einen Schritt in Richtung Flugbahn des Balls und läuft weiter vorwärts 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper dreht sich nicht in Richtung Flugbahn des Balls Der Körper ist beim Laufen mit dem Ball aufrecht 	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper wird in Richtung Flugbahn des Balls gelehnt Der Körper wird beim Laufen mit dem Ball nach vorne gelehnt 	<ul style="list-style-type: none"> Lehnt sich leicht in Richtung Werfer und bewegt sich zur Flugbahn des Balls Lehnt sich beim Laufen mit dem Ball leicht nach vorne 		

T-ZEIT

	1 ENTSTEHENDE BEWEGUNG	2 WEITERENTWICKELTE BEWEGUNG	3 BEWEGUNG ANTRAINIERT	4 KOMBINIERT SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN FLÜSSIG UND KONTROLLIERT	5 AUFGABE WIRD RICHTIG UND SCHNELL AUSGEFÜHRT
BESCHREIBUNG	SCHWIERIGKEITEN BEIM AUSFÜHREN EINER ODER BEIDER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN	EINIGE ASPEKTE DER SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN MÜSSEN NOCH WEITERENTWICKELT WERDEN	KANN BEIDE SPORT- UND SPIELFÄHIGKEITEN AUSFÜHREN		
AUGEN	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nach unten oder zur Seite zur Oberseite des Ts 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nach vorne und gelegentlich zur Seite 	<ul style="list-style-type: none"> Schaut nach vorne 		
ARME	<ul style="list-style-type: none"> Unten und seitlich am Körper gehalten Greift mit beiden Armen nach dem Ziel 	<ul style="list-style-type: none"> Oben und seitlich am Körper gehalten Greift mit dem vorderen Arm nach dem Ziel 	<ul style="list-style-type: none"> Gebeugt und vor dem Körper gehalten Der vordere Arm greift nach dem Ziel, der andere Arm bleibt oben 		
BEINE	<ul style="list-style-type: none"> Beine sind gestreckt Füße stehen im Ausfallschritt nah zusammen 	<ul style="list-style-type: none"> Beide Knie sind gebeugt Die Füße stehen im Ausfallschritt weit auseinander 	<ul style="list-style-type: none"> Das vordere Knie ist gebeugt, das hintere Bein ist im Ausfallschritt gestreckt Das hintere Bein ist voll gestreckt, um sich in die andere Richtung abzustößeln 		
KÖRPER	<ul style="list-style-type: none"> Der Körper dreht sich 	<ul style="list-style-type: none"> Die Schultern zeigen nach vorne Die Brust ist tief 	<ul style="list-style-type: none"> Die Schultern zeigen nach vorne Die Brust ist hoch 		

Movement for Sport
PLAYkit

Made
to Play



YOUTH
SPORT
TRUST