

Bildet eine Expertengruppe (Hälfte der Klasse) zum Thema Sprünge – Schrittsprung/Spagatsprung

Aufgabe 6

Erarbeitet gemeinsam den Schrittsprung/Spagatsprung (zeitlicher Umfang für den Schrittsprung/Spagatsprung: eine Achter-Sequenz)

Ziel ist es, den Sprung so zu lernen, dass jede von euch in der Lage ist die einzelnen Phasen der Bewegung

- zu erkennen
- zu beschreiben
- durchzuführen
- das Element einer Partnerin beizubringen
- und Fehler bei sich und anderen festzustellen und zu korrigieren.

Materialien:

- ❖ Allgemeine Bewegungsbeschreibung von Sprüngen
- ❖ Spezielle Bewegungsbeschreibung des Schrittsprungs/Spagatsprungs
- ❖ Abbildungen (und/oder Videos)