

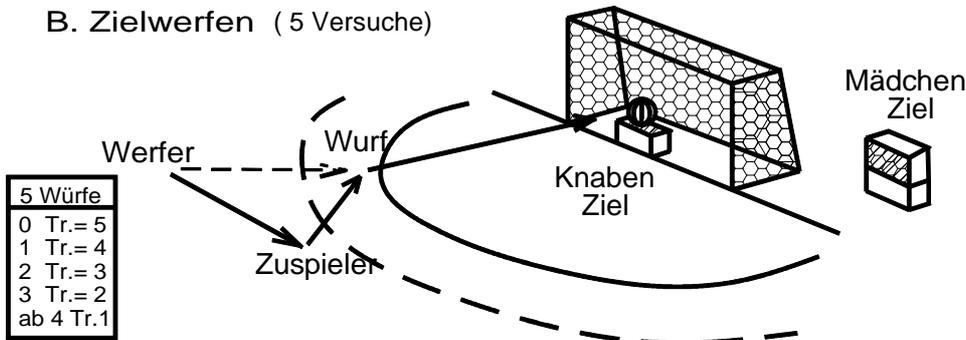
QA Sport	Bl.Nr.	Name
Handball Praxis Copyright R. Kuhn		Kl.
		Datum

A. Technik: (2 Versuche)

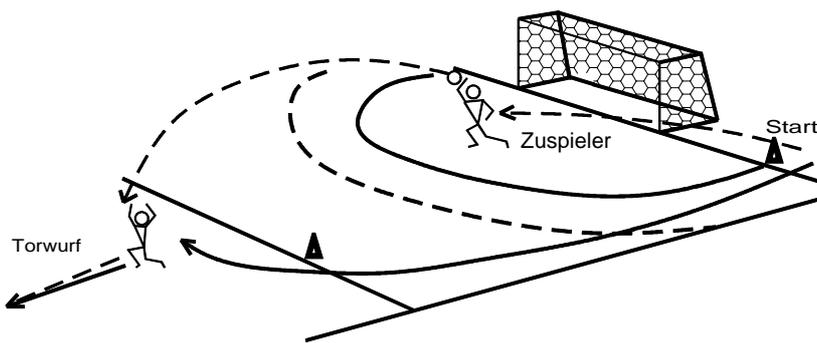
Wurf	Fangen	Prellen	3 Schritte	Sprungwurf
	- leises Fangen	- den Ball nicht schlagen		- Absprung mit dem gegengleichen Bein - Landung auf dem Absprungbein oder auf beiden Beinen - Bogenspannung - Wurfarmschulter nach hinten drehen - Wurf von oben nach unten



B. Zielwerfen (5 Versuche)



C. Tempogegenstoß (2 Versuche)



- 1 Sicheres Fangen, keinen Schrittfehler nicht übertr., Torwurf Aufsetzer
- 2 Fangen, keinen Schrittfehler nicht übertreten, Wurf ins Tor
- 3 Unsicheres Fangen, keinen Schrittfehler, nicht übertr., Wurf ins Tor, oder knapp vorbei
- 4 Ball fallen lassen, keinen Schrittfehler, nicht übertr., Wurf in Torrichtung
- 5 Ball wiederholt fallen lassen, Probleme mit der Schrittfolge, übertreten, Wurf
- 6 Übung nicht gekonnt

D. Spiel

- Fangsicherheit
- Zuspieldgenauigkeit
- Täuschen des Gegners
- Torwürfe
- Erkennen der Spielsituation