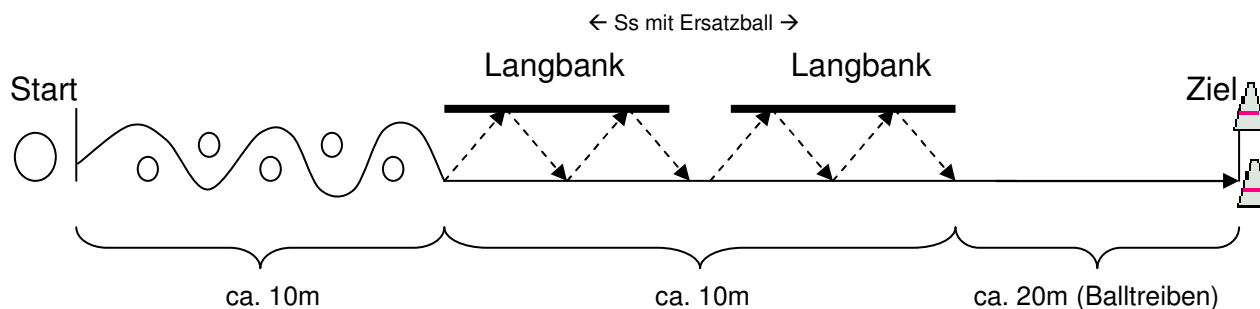


Fußball

1. Technik (Vier Technikübungen)

Zügiges Dribbling auf Technik + Bankpassen + Ball treiben (Distanz über ca. 40m)



Bewertungskriterien:

- Umgang mit dem Ball im Slalombereich (Sicherheit, beidbeinig, aufschauend, ...)
- Technik des Passens an die Langbank (Saubere Passtechnik, Ballaufnahme, Kontrolle, ...)
- Technik des Balltreibens (Geschwindigkeit, Ausführung)
- Schusstechnik auf das Ziel/Wand und erneute Ballannahme
- Zielgenauigkeit

Im Freien kann alternativ eine Strecke mit Slalombdribbling bewältigt werden, die mit einem Pass auf ein Ziel (z.B. zwischen zwei Hütchen) beendet wird.

Ball jonglieren

Jeder Schüler hat zwei Versuche den Ball zu jonglieren. Der Ball darf den Boden nicht berühren. Der Ball **muss vom Boden aus mit dem Fuß aufgenommen werden** (nicht aus den Händen beginnen). **Vorwiegend muss der Ball mit dem Fuß** gespielt werden (nur vereinzelt mit Kopf/Oberschenkel). Es muss mindestens einmal mit den „schwachen“ Fuß der Ball jongliert werden!
→ Sonst zwei Punkte Abzug!!!

Jungen und Mädchen	
Anzahl	Note
26	1
21-25	2
16-20	3
11-15	4
6-10	5
0-5	6

Torschüsse vom 16-Meterraum bzw. ab der Mittellinie der Dreifachturnhalle
--

Jeder Schüler macht 6 Torschüsse. Bei schlechter Ausführung kann eine Note abgezogen werden!

Bewertungskriterien:

- Zielgenauigkeit → jeder Treffer gibt einen Punkt
- **keine Bodenberührung**
- Latten-, Pfostenberührung → Schuss wird wiederholt

Anzahl / Punkte	Note
6	1
5	2
4	3
3	4
2	5
1	6

Ball treiben + anschließende Flanke auf den Elfmeterpunkt
--

Der Prüfling treibt den Ball aus 20-30 m Entfernung Richtung Torauslinie. Von der Seitenlinie des 16-Meterraumes flankt der Prüfling aus dem Lauf den Ball auf die Mitte des Fünf-Meterraumes:
In der Halle (3-fach) dementsprechend anpassen.

Zwei Versuche- bessere Versuch wird gewertet!

Bewertungskriterien:

- Technik des Balltreibens (Geschwindigkeit, Ausführung)
- richtiger Zeitpunkt/Ort an dem die Flanke geschlagen wird
- Schusstechnik
- Zielgenauigkeit

2. Spiel

Spiel am Besten auf das Querfeld im 7 gegen 7. Spielzeit je nach Bedarf. (ca. 2x10 Min.)

Bewertungskriterien:

- | | |
|---------------------------|--------------------------|
| - Spiel ohne Ball | - Dribbling |
| - Mannschaftsdienlichkeit | - Kurzpassspiel |
| - Ballforderung | - Verteidigungsverhalten |
| - Regelsicherheit | |
| - Ballforderung | |

Basketball

1. Technik

Korbleger mit Dribbling auf Zeit.

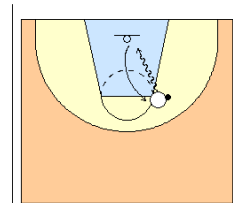
Korbleger rechts:

Von der Freiwurflinie auf den Korb dribbeln und mit Korbleger abschließen. Ball holen (Ballkorb/Partner), wieder zur Freiwurflinie dribbeln und erneuter Korbleger. Zeit 60 Sekunden.

Richtige Ausführung: 2 Schritte + Absprung mit dem linken Bein

Jeder Treffer bei richtiger Ausführung zählt einen Punkt.

Für Linkshänder gilt derselbe Prüfungsablauf von der linken Seite.



Jungen	
Anzahl	Note
...-10	1
9-8	2
7-6	3
5-4	4
3-2	5
1-...	6

Mädchen	
Anzahl	Note
...-8	1
7-6	2
5-4	3
3	4
2	5
1	6

Freiwürfe

Jeder Schüler bekommt 5 Freiwürfe. Ein getroffener Freiwurf zählt 2 Punkte, eine Ringberührung nur 1 Punkt. Im Optimalfall muss der Schüler nur drei Freiwürfe für die Note 1 machen.

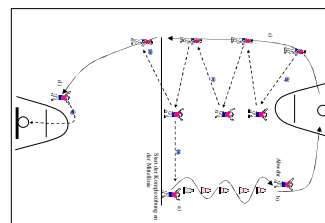
Anzahl / Punkte	Note
6	1
5	2
4	3
3	4
2	5
1	6

Komplexübung (Rundlauf)

Jeder Ss durchläuft die Komplexübung 2x nacheinander. Besserer Durchgang wird gewertet!

Ablauf und Bewertungskriterien:

- Ball fangen u. Dribbling durch die Slalomstangen (Handwechsel)
 - Korbleger nach Umspielen eines Abwehrspielers
 - Mehrmaliges Passen und Fangen im Lauf (Schritte/Prellen)
 - Sprungwurf aus dem Dribbling heraus
- zurück zum Start (a)



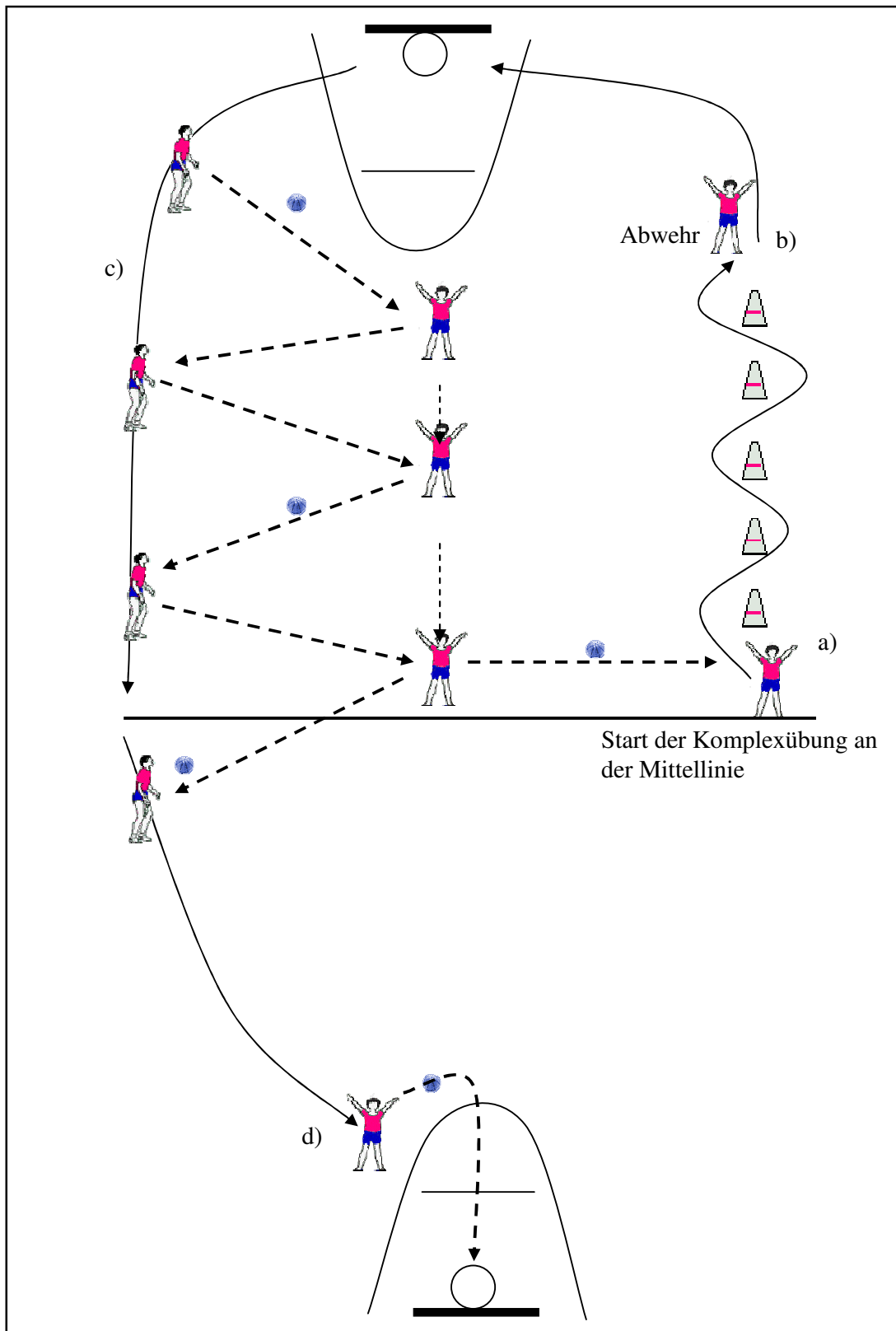
2. Spiel

Spiel im 5 gegen 5 (ganzes Feld) oder auch im 3-3 auf einen Korb möglich.

Bewertungskriterien:

- Regelsicherheit
- Durchsetzungsfähigkeit
- Verteidigungsverhalten
- Mannschaftsdienlichkeit
- Ballforderung
- Dribbling
- Spiel ohne Ball
- Abschluss

Komplexübung BB - Zeichnung

**Ablauf und Bewertungskriterien:**

- a) Ball fangen u. Dribbling durch die Slalomstangen (Handwechsel)
 - b) Korbleger nach Umspielen eines Abwehrspielers
 - c) Mehrmaliges Passen und Fangen im Lauf (Schritte/Prellen); 1 Schüler bewegt sich in der Mitte
 - d) Sprungwurf aus dem Dribbling heraus
- zurück zum Start (a)

Volleyball

1. Technik

Pritschen/Baggern im Partnerzuspiel

Zwei Schüler pritschen/baggern sich den Ball gegenseitig zu. Entfernung ca. 5m. **Ohne Netz!**

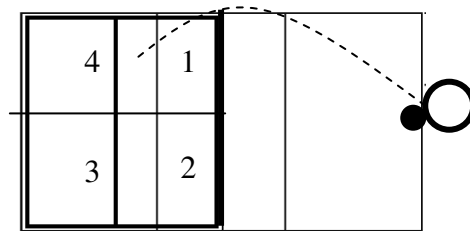
Bewertungskriterien:

- Sicherheit beim Zuspiel
- Technische Ausführung
- Laufbereitschaft
- fehlerfreies Zuspiel (Anzahl möglichst hoch)

Aufschläge in angesagten Sektor

Das Volleyballfeld wird mit Krepp-Klebeband in jeweils vier gleiche Sektoren unterteilt. Jeder Schüler muss 6 Aufschläge machen, davon auf Ansage jeweils in den entsprechenden Sektor (1,2,3,4). Jeder Ball, der über das Netz ins Feld geht, gibt einen Punkt. Kommt er ins „angesagte“ Feld gibt es noch einen Bonuspunkt. Im Optimalfall muss der Schüler nur drei Aufschläge für die Note 1 machen.

Anzahl / Punkte	Note
8	1
7	2
6	3
5	4
4	5
3	6



Bewertung des 6ers (Annahme der Angabe)

Der 6er nimmt einen Aufschlag an und baggert (pritscht) diesen sauber zum 3er (Steller).

Der 6er wird bewertet!

Ca. 3-4 Annahmen werden demonstriert

Bewertungskriterien:

- Technik des Baggerns/Pritschens
- Höhe des Zuspiels auf der 3er
- Genauigkeit des Zuspiels auf den 3er

2. Spiel

Spiel im mindestens 3-3 auf eventuell verkleinertes Feld

Bewertungskriterien:

- Stellungsspiel
- Einsatz der richtigen Technik
- Zusammenspiel
- Laufverhalten/-bereitschaft
- Erfolgreiche Aktionen

Handball

1. Technik

Prellen über das Feld mit Abschluss Sprungwurf

Schüler fängt im Rückfeld an und prellt den Ball mit hohem Tempo zur anderen Spielfeldseite und schließt mit Sprungwurf ab.

Bewertungskriterien:

- Tempo
- Sicherheit beim Prellen
- Technik des Sprungwurfes
- Wurfgenauigkeit

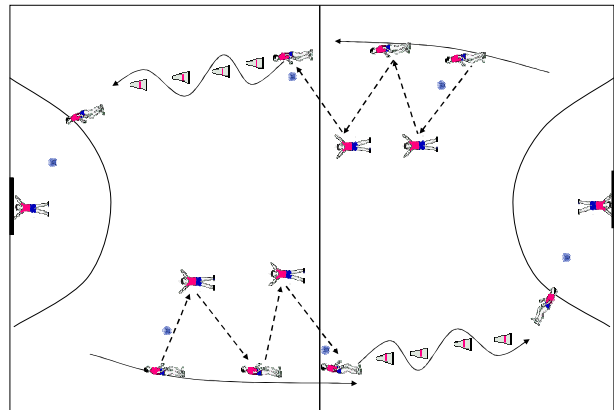
Komplexübung mit Sprungwurf (Rundlauf)

Bewertungskriterien:

- Passgenauigkeit
- Fanggenauigkeit
- Ausführung der Sprungwurfbewegung
- Ballprellen im schnellen Lauf

Ablauf:

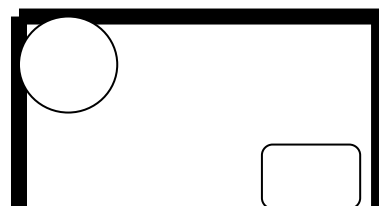
- jeder Ss (außen) hat eine HB
- Ss passen den HB zu den Ss in der Mitte und fangen den HB wieder Passen-Fangen
- danach schnelles Dribbling durch die Pylonen
- Abschluss mit Sprungwurf
- Ball wieder aufnehmen und auf der anderen Seite die gleiche Übung wieder durchführen



7-Meter-Standwurf

Jeder Schüler erhält 7 Würfe, davon muss er auf Ansage 4x oben und 3x unten werfen. Jeder Treffer gibt einen Punkt. Theoretisch reichen 6 Würfe für die Note 1 aus. Als Ziel oben eignet sich ein Gymnastikreifen und als Ziel unten ein umgedrehter kleiner Kasten.

Anzahl / Punkte	Note
6	1
5	2
4	3
3	4
2	5
1	6



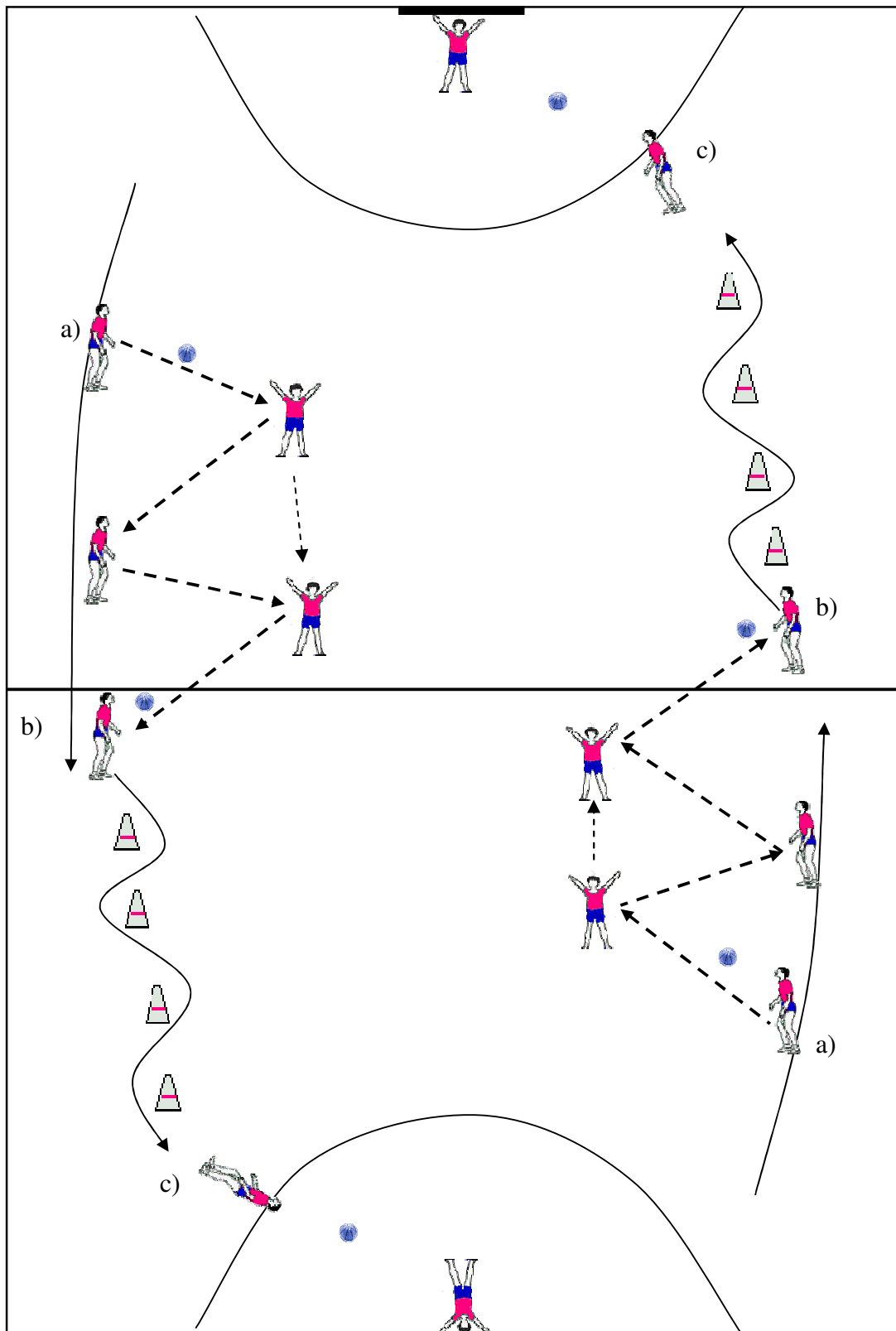
2. Spiel

Am Besten im 7-7 auf das ganze Feld. Alternativ im 5-5 auf das kleine Feld (1/3 Halle).

Bewertungskriterien:

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> - Regelsicherheit - Durchsetzungsfähigkeit - Verteidigungsverhalten - Mannschaftsdienlichkeit | <ul style="list-style-type: none"> - Abschluss - Dribbling - Spiel ohne Ball - Ballforderung |
|--|--|

Komplexübung HB – Zeichnung

**Ablauf:**

- jeder Ss (außen) hat eine HB
- a) { - Ss passen den HB zu den Ss in der Mitte und fangen den HB wieder Passen-Fangen
- b) { - danach schnelles Dribbling durch die Pylonen
- Abschluss mit Sprungwurf
- c) { - Ball wieder aufnehmen und auf der anderen Seite die gleiche Übung wieder durchführen