

Könnensliste

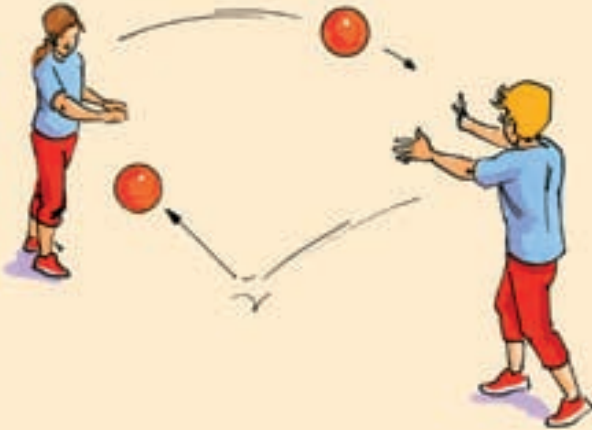
Name:

Klasse:

Datum:

Du zählst die Punkte immer nur für Dich selbst! Kreuze Deine Punktzahl an. Sie ist nur für Dich und führt nicht zu einer Bewertung von mir!

Ich kann ...



I. ... den Ball von meinem Partner, der mir diesen mit einem Bodenkontakt zuspasst, fangen und gleichzeitig meinen Ball ihm ohne Bodenkontakt zuspassen. Passt Euch je 10x die Bälle zu.

₁₀ ₉ ₈ ₇ ₆ ₅ ₄ ₃ ₂ ₁ ₀



II. ... von meinem Partner zugeworfene Bälle abwechselnd mit meiner rechten und linken Hand fangen. Dein Partner wirft Dir abwechselnd einen Tennisball auf die rechte und linke Seite zu (5x links, 5x rechts). Nach 10 Pässen wechseln!

₁₀ ₉ ₈ ₇ ₆ ₅ ₄ ₃ ₂ ₁ ₀



III. ... nach der Drehung (auf Kommando) den von meinem Partner zugeworfenen Ball fangen. Nach 10 Durchgängen wechseln!

₁₀ ₉ ₈ ₇ ₆ ₅ ₄ ₃ ₂ ₁ ₀



Zeichnungen: Scott Krausen

IV. ... in 10 Sekunden um Hütchen / Stangen dribbeln. Die erste Stange zählt nicht mit! Zählt die erfolgreich umdribbelten Hütchen / Stangen! Nach 10 Sekunden wechseln!

₁₀ ₉ ₈ ₇ ₆ ₅ ₄ ₃ ₂ ₁ ₀



V. ... mit einem Ball einen an der Wand befestigten Reifen treffen (Randtreffer zählen mit!). Nach 10 Würfeln wechseln!

₁₀ ₉ ₈ ₇ ₆ ₅ ₄ ₃ ₂ ₁ ₀

Addiere jetzt die Zahlen von I. bis V. zusammen und teile die Summe durch 5.

Ergebnis =