
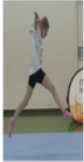






Schüler – Check

NAME:

Ergänze die fehlenden Begriffe und hake, die von Dir erfüllten Technikmerkmale, ab.

Ablauf	Technikelemente	Check 
Übergangsphase 	<ul style="list-style-type: none"> • Ich lande auf dem gebeugten Bein ----- • Ich mache einen • Ich drücke mich aktive nach ab. 	<p>-----</p>
Hauptphase (2) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ich führe mein-bein schnellkräftig nach vorn. ----- • Ich meine Beine so weit wie möglich gleichhoch auseinander. ----- • Mein ist aufrecht und mein Blick ist..... 	<p>-----</p> <p>-----</p> <p>-----</p>
Ausklang 	<ul style="list-style-type: none"> • Ich lande auf dem gebeugten Bein. 	<p>-----</p>