



Das kann oder weiß ich schon



ja






nicht so gut,
ich bin mir nicht sicher



nein

Name:

Laufen, Springen, <u>Werfen / Stoßen</u>			
Ich kann mit verschiedenen Gegenständen werfen (Ball, Ring, Säckchen, Stab, Heuler)			
Ich kann mit diesen Gegenständen weit werfen oder Ziele treffen			
Ich kann mit links und rechts gleich gut werfen			
Ich kann auf feste und bewegliche Ziele werfen			
Ich kenne Übungen und Spiele zum Werfen und Stoßen			
Ich kann verschiedene Stationen zum Lernen von Werfen und Stoßen aufbauen			
Ich kann aus dem Stand und mit Anlauf werfen oder stoßen			
Ich kann in Zonen werfen und stoßen			
Ich weiß, was eine Abwurfzone oder Linie ist			
Ich habe einen Biathlon-Wettbewerb mitgemacht (Laufen und Werfen)			
Ich weiß, dass ich beim Werfen und Stoßen auf Sicherheit zu achten habe			
Ich weiß - in Meter, wie weit ich werfen kann			
Ich weiß - in Meter, wie weit ich stoßen kann			