

Basketball: Wurftraining

6 Points

Alle SchülerInnen trainieren während einer oder zwei Minuten Würfe an den vorhandenen Körben und zählen die Punkte nach Vorgabe. Dieses Training kann zu Beginn des Unterrichts, am Schluss oder immer wieder als Auflockerung dienen.

Die Punktezahlen werden von der LP jeweils aufgeschrieben!

Wurfart:

Punkte:

Sprungwurf im Trapez

1 Pkt.

Sprungwurf ausserhalb des Trapez

2 Pkt.

**Power Layup
(Powerkorbleger)**

3 Pkt.

Korbleger Pirouette

4 Pkt.

Korbleger mit Bauchführung

5 Pkt.

Sprungwurf ausserhalb Dreipunktlinie

6 Pkt.

