

Quali-Bewertung Sport Handball-Technik

Technik Prellen und Sprungwurf:

→ kurzes, sicheres und handballspezifisches Prellen mit anschließendem

Sprungwurf:

- ☆ Einhaltung der 3-Schrittregel
- ☆ Wurfkraft / Wurftechnik
- ☆ Zielgenauigkeit / Treffer
- ☆ Sprungkraft

Prellen:

- ☆ Tempo des Prellens
- ☆ sichere Ballführung
- ☆ angepasste Lauftechnik

Technik passen und fangen

→ handballspezifisches Passen und Fangen mit einem Partner

- ☆ Pass auf Brusthöhe / Passgenauigkeit
- ☆ richtige Arm-, Bein- und Oberkörperhaltung
- ☆ Passkraft

Überzahlspiel (2:1) / Spielnote (falls möglich):

- ☆ Regelkenntnisse
- ☆ Fairness
- ☆ Anwendung verschiedener Lauf-, Pass- und Schusstechniken
- ☆ Einsatz
- ☆ Taktisches Verhalten (z.B. im Zweikampf; beim Freilaufen etc.)
- ☆ Zusammenspiel mit anderen Teammitgliedern.