

Aufgabenbeschreibung Sportspielprüfung Handball

Die Startseite wählt der Prüfling, der zweite Start beginnt unmittelbar im Anschluss ohne Aufforderung von der anderen Startseite. Ein Gesamtdurchlauf (ein Start pro Startpunkt) wird bewertet. Ausgangsstellung: Der Prüfling steht mit dem Ball in der Hand (Größe 2 für Damen, Größe 3 für Herren) im Abstand von 12 m mit Blick zur Wand in der Nähe des selbst gewählten Startpunkts.

1. Fester Schlagwurf aus dem Anlauf (max. 3 Schritte) gegen die Wand (Abwurf bei 10 m), Ball sollte nach maximal einem Bodenkontakt gefangen werden [1a/1b].
2. Anschließend Prellen im Sprint bis zur Mittellinie um die Markierung zur mittleren Marke (rot) [2a/2b].
3. Dynamisches Slalomprennen (Abstand der Hütchen zueinander 2 m) [3].
4. Handballspezifische Körpertäuschung aus dem Prellen und Durchbruch zur Gegenseite (nach Wahl des Prüflings) [4].
5. Präziser und fester Sprungwurf in das Tor (der Kasten symbolisiert den Torwart) [5].
6. Start vom anderen Startpunkt mit nochmaliger Übungsreihenfolge auf anderer Seite.

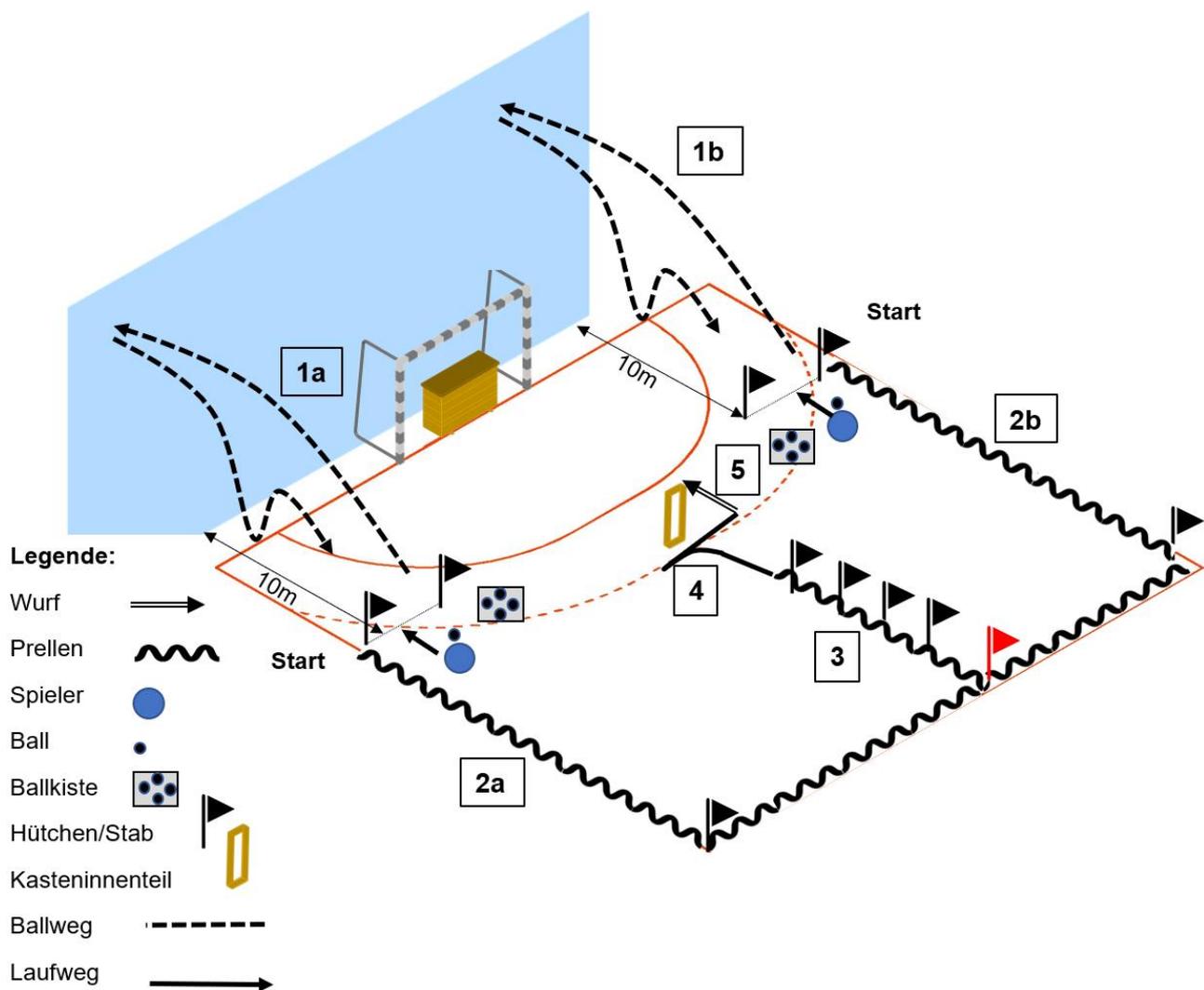


Abb. Schematische Darstellung der Komplexübung Handball, (Startseite kann vom Prüfling frei gewählt werden, nach dem Torwurf ist ohne Aufforderung vom jeweils anderen Startpunkt fortzufahren).