



ROPE SKIPPING

SPRINGE IN EINER MINUTE SO OFT WIE MÖGLICH!

INFOS FÜR DIE LEHRPERSONEN

Springe in einer Minute so oft wie möglich!

Die Rope Skipping Challenge richtet sich an alle Schüler*innen der 5.- 13. Schulstufe. Ziel ist es, innerhalb von einer Minute so viele Sprünge wie möglich zu machen.

Die Ergebnisse werden im Rahmen des Sportunterrichts erhoben und im Wertungsblatt der Schüler*innen eingetragen.

Ihr springt mit eurer Klasse an zwei Terminen im Oktober - November 2021 (einer im Oktober - einer im November). Pro Termin habt ihr jeweils zwei Versuche zu je einer Minute! - Jeweils der bessere Versuch zählt für die Endauswertung.

Die Gesamtwertung muss von der Lehrperson bis spätestens zum 30.11.2021 abgeschlossen sein.

Motivation und Ansporn:

Versucht mit den Schülern kleine Tricks zu erlernen. Es gibt dazu viele spannende Videos im Internet.



Seilspringen kurz erklärt