



BMX-Kenntnisse

MF-Thema Innovieren – Entwicklung der Sportart aktiv mitverfolgen

Ziel

Die TN wissen über die Geschehnisse der letzten Wettkämpfe Bescheid und kennen den Werdegang der bekanntesten Athletinnen und Athleten.

QUIZ

1. Beantworte das Quiz, zähle die Anzahl der richtigen Antworten und führe die dazugehörige Übung gemäss untenstehender Tabelle aus:

Richtige Antwort(en)	Übung
0	Das Quiz wiederholen
1	Hüpfen, bis die erste Person der Gruppe zurückkommt
2	Balancieren, bis die erste Person der Gruppe zurückkommt
3	1 Runde ohne die Beine zu benutzen
4	1 Runde ohne die Arme zu benutzen
5	1 Runde am oberen Ende jeder Kurve anhalten und wieder losfahren
6	1 Runde ohne zu springen
7	1 Runde ohne zu treten
8	1 Runde mit dem schlechten Fuss vorne
9	1 Runde frei
10	1 Runde frei und einer Person deiner Gruppe eine beliebige Übung geben

2. Informieren sich die Jugendlichen über Neuigkeiten aus der BMX-Welt? Wie sieht es bei dir selbst aus? Wie kannst du dieses Thema in deinem Verein einführen? Diskutiert das Thema in der Gruppe.