



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.**