

Sprint – Start (1. Version)

Aufgabe:

Erstelle eine Winkelmessung (z.b. mit **Coaches Eye, Darfish Express oder iAnalyze oder Sportalyzer**) des vorderen Beins in der Fertig-Position und schick einen Screenshot an den demonstrierenden Kollegen.

Sprint – Start (2. Version)

Aufgabe:

Erstelle eine kleine Bildreihe zwischen Fertig-Position – Abdruck – 1. Schritt mit Hilfe des Apps **iReplay** und schick sie dem demonstrierenden Kollegen.

Weitsprung (1. Version)

Aufgabe:

Visualisiere beim Weitsprung das Kernelement der aufrechten Oberkörperposition beim Absprung (z.B. mit Linien) nur Hilfe eines Apps wie **Coaches Eye, Darfish Express oder iAnalyze oder Sportalyzer** und schick eine Datei oder zumindest einen Screenshot an den demonstrierenden Kollegen.

Weitsprung (2. Version)

Aufgabe:

Vergleiche die Absprünge (Fussaufsatz und Schwungbeineinsatz) von zwei unterschiedlichen Athleten mit Hilfe einer parallelen Video-Darstellung z.B. mit Hilfe eines Apps wie **Parallel Action, Coaches Eye, Dartfish Express, iAnalyze oder Sportalyzer** und schick eine Datei oder zumindest einen Screenshot an den demonstrierenden Kollegen.

Weitsprung (3. Version)

Aufgabe:

Analysiere die Flugposition von zwei Athleten (Oberkörperposition in der Luft und Höhe/Position der Füße) wenn beide Beine in der Luft fertig geschwungen nach vorne zeigen und schick eine Datei oder zumindest einen Screenshot an beide Kollegen.

Ballwurf (1. Version)

Aufgabe:

Analysiere die Armhaltung (Höhe Wurfhand im Verhältnis zur Rumpfachse) des Athleten im Moment des Setzens des vorderen Beins eine Winkelmessung (z.b. mit **Coaches Eye, Darfish Express oder iAnalyze oder Sportalyzer**) und schick einen Screenshot an den demonstrierenden Kollegen.

Ballwurf

(2. Version, hoher Schwierigkeitsgrad!)

Aufgabe:

Analysiere die Zeit vom Beginn des Impulsschritts bis zum Setzen des Stemmbeins von zwei Athleten (oder zwei unterschiedlich guten Würfeln) und schick eine visualisierte Datei deinem Kollegen zu.

Hinweis: bei sehr guten Athleten beträgt die Zeit des Stemmschritts 220 Milisekunden.