

Download

Patrycja Frenz,
Elena Iaccarino-Lutkat

Bewegungsaufgaben für Turnbeutelvergesser Kl. 1-4

Schüler ohne Sportsachen sinnvoll beschäftigen
und in den Sportunterricht einbinden

 Auer

Grundschule

Patrycja Frenz
Elena Iaccarino-Lutkat

Aufgaben für

TURNBEUTELVERGESSEN

Schüler ohne Sportsachen sinnvoll beschäftigen
und in den Sportunterricht einbinden

Klasse 1-4

Downloadauszug
aus dem Originaltitel:



Bewegungsaufgaben für Turnbeutelvergesser Kl. 1-4

Schüler ohne Sportsachen sinnvoll
beschäftigen und in den
Sportunterricht einbinden

VORSCHAU

Dieser Download ist ein Auszug aus dem Originaltitel
Aufgaben für Turnbeutelvergesser Klasse 1-4

Schüler ohne Sportsachen sinnvoll beschäftigen und in den Sportunterricht einbinden

Über diesen Link gelangen Sie zur entsprechenden Produktseite im Web.

<http://www.auer-verlag.de/go/dl7220>



Bewegungsaufgabe „Linienlauf“

Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Ball

Suche dir eine Linie in der Sporthalle.

- ✓ Mache große Schritte und zähle sie.
Wie viele Schritte benötigst du? _____
- ✓ Stelle einen Fuß vor den anderen und zähle, wie viele Tippschritte du für dieselbe Strecke benötigst.
Wie viele Schritte benötigst du jetzt? _____
- ✓ Laufe die Linie rückwärts ab.
- ✓ Laufe die Linie prellend mit einem Ball ab.

Laufe alle Linien in der Halle ab.

Welche Farben haben diese Linien? _____



Bewegungsaufgabe „Tennisball“

Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Tennisball

Nimm dir einen Tennisball und

- ✓ wirf ihn gegen die Wand und fange ihn wieder.
- ✓ wirf ihn gegen die Wand, lasse ihn einmal aufkommen und fange ihn wieder.
- ✓ wirf ihn gegen die Wand, drehe dich rechtsherum und fange ihn wieder.
- ✓ wirf ihn gegen die Wand, drehe dich linksherum und fange ihn.
- ✓ probiere die vorigen Übungen mit deiner schwachen Hand aus.
- ✓ vergrößere den Abstand zur Wand und wirf dann.



Bewegungsaufgabe „Zeitung“



Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Zeitung, Bohnensäckchen, Kasten, Hütchen, Matte

Lasse dir von der Lehrkraft eine Zeitung geben.

- ✓ Lege dir ein großes Zeitungsblatt vorne auf die Brust. Finde heraus, wie schnell du laufen musst, damit das Zeitungsblatt nicht herunterfällt.
- ✓ Lege in verschiedenen Entfernungen Zeitungsblätter aus. Nimm dir ein Bohnensäckchen und versuche, es auf die Zeitung zu werfen.
- ✓ Falte die Zeitung immer kleiner. Wie oft kannst du sie falten, sodass du noch darauf stehen kannst?
- ✓ Knülle die Zeitung, sodass du mehrere Bälle hast, und wirf sie in einen Kasten, in ein Hütchen, in einen Basketballkorb.
- ✓ Versuche, mit den Zeitungskugeln zu jonglieren.
- ✓ Setze dich mit ausgestreckten Beinen auf die Matte und klemme dir die Zeitung zwischen die große und die zweite Fußzehe. Hebe nun deine Beine und lies die Zeitung. Du kannst dich dabei mit den Armen abstützen. Wie viele Zeilen kannst du in dieser Position lesen?
- ✓ Falte die Zeitung mit den Füßen zusammen. Wie klein schaffst du es?
- ✓ Schaffst du es, den Zeitungsball mit den Füßen hochzuwerfen und mit den Händen zu fangen?
- ✓ Versuche, die Zeitung mit den Fußzehen aufzuheben und auf dem anderen Bein zu hüpfen.
- ✓ Kannst du den Zeitungsball mit deinen Füßen weitergeben?





Bewegungsaufgabe „Seil I“

Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

Material: 4 Seile

Knotet 4 Seile aneinander. Verteilt euch um das große Seil herum, das dadurch entstanden ist.

Versucht nun, folgende Figuren zu spannen:

- ✓ Viereck
- ✓ Achteck
- ✓ Kreis
- ✓ Stern
- ✓ Baum
- ✓ Kreuz
- ✓ Quadrat
- ✓ Dreieck
- ✓ Fisch
- ✓ Herz
- ✓ Hammer



Zusatz: Überlegt euch eigene Figuren, die ihr legen könnt.



Bewegungsaufgabe „Seil II“

Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: 1 Seil

Du benötigst ein Seil und die Bewegungsmasken.

Übe die darauf dargestellten Sprünge.

Basissprung

Deine Beine müssen dicht beieinander stehen. Springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen über das Seil.



Variation:
 ✓ Sprünge rückwärts
 ✓ Sehr schnelle Sprünge

Grätschsprung

Springe bei jedem Seildurchschlag abwechselnd mit geschlossenen und schulterbreit geöffneten Beinen über das Seil.



Variation:
 ✓ Sprünge rückwärts

Kreuzsprung

Springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen über das Seil (Basissprung). Kreuze bei jedem zweiten Sprung die Arme vor dem Körper.



Variation:
 ✓ Sprünge rückwärts

Vorwärtssprung

Bei jedem Seildurchschlag springen die Füße in einer Schrittstellung abwechselnd vor und zurück (rechtes Bein nach vorne und linkes Bein nach hinten und andersherum).



Variation:
 ✓ Sprünge rückwärts



Bewegungskarten „Seil II“



Basissprung

Deine Beine müssen dicht beieinander stehen. Springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen über das Seil.



Variation:

- ✓ Sprünge rückwärts
- ✓ Sehr schnelle Sprünge

Grätschsprung

Springe bei jedem Seildurchschlag abwechselnd mit geschlossenen und schulterbreit geöffneten Beinen über das Seil.



Variation:

- ✓ Sprünge rückwärts

Kreuzsprung

Springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen über das Seil (Basissprung). Kreuze bei jedem zweiten Sprung die Arme vor dem Körper.



Variation:

- ✓ Sprünge rückwärts

Vorwärtssprung

Bei jedem Seildurchschlag springen die Füße in einer Schrittstellung abwechselnd vor und zurück (rechtes Bein nach vorne und linkes Bein nach hinten und andersherum).



Variation:

- ✓ Sprünge rückwärts

Kniesprung

Ziehe bei jedem Seildurchschlag abwechselnd das linke Knie und das rechte Knie nach oben.



Variation:

- ✓ Sehr schnelle Sprünge

Seitsprung

Springe bei jedem Seildurchschlag mit geschlossenen Beinen abwechselnd nach links und nach rechts.



Variation:

- ✓ Sprünge rückwärts



Bewegungsaufgabe „Münz Dart“

Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

Material: Dartscheibe in DIN A3, Münze, Reifen oder Matte

Bei dieser Bewegungsaufgabe geht es um die Zielgenauigkeit.

- ✓ Legt die Dartscheibe auf eine blaue Matte oder in einen Reifen.
- ✓ Werft die Münze nacheinander auf die Dartscheibe.
- ✓ Tragt eure Ergebnisse in die Tabelle ein.

Wird kein Kreis mit einer Zahl getroffen, gibt es keine Punkte. Wer nach 4 Runden die meisten Punkte erreicht hat, hat gewonnen.

Name	Runde 1	Runde 2	Runde 3	Runde 4	Gesamtpunktzahl

Zusatz: Überlegt euch für jede einzelne Zahl eine (Bewegungs-)Aufgabe und schreibt diese auf. Für jeden Treffer die entsprechende Aufgabe aus. Wird keine Zahl getroffen, müsst ihr 20 Sekunden Seilsprünge machen.

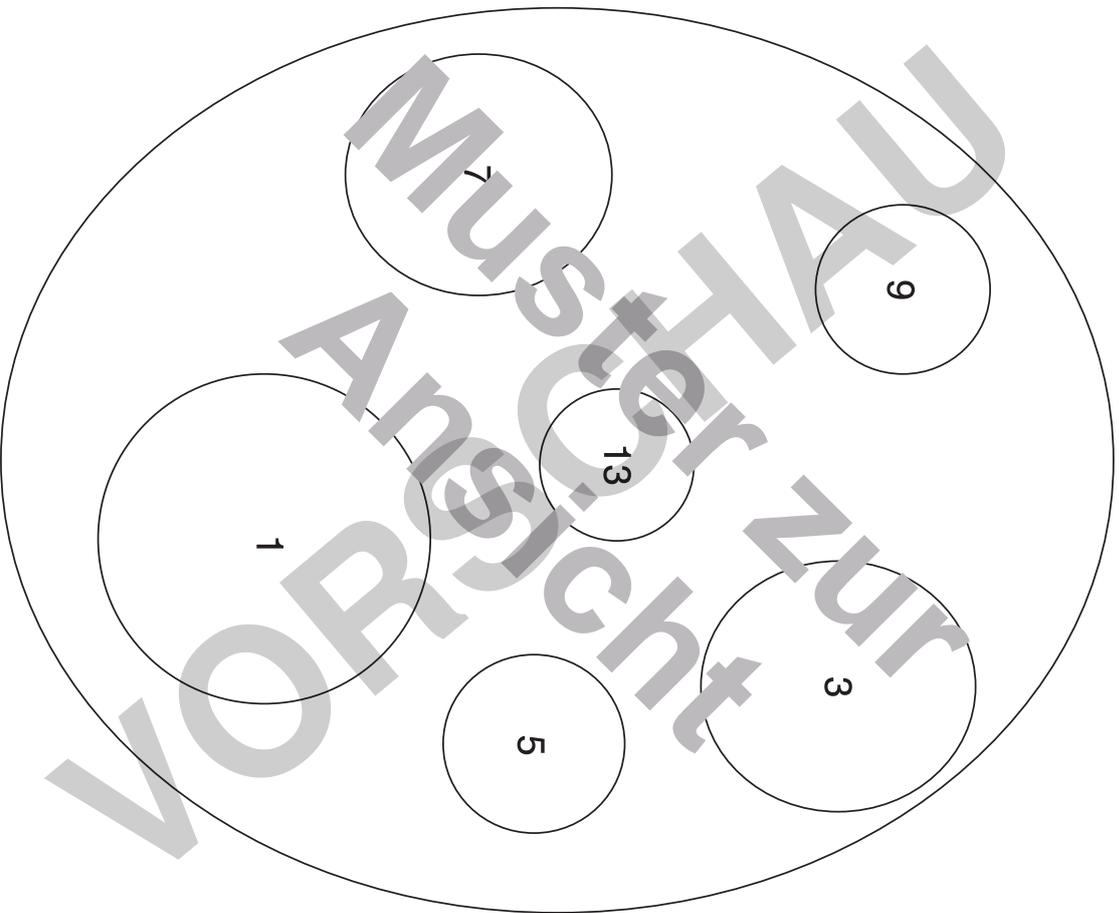
Nummer	Aufgabe
1	
3	
5	
7	
9	
13	



Dartscheibe „Münz Dart“



Bitte auf DIN A3 kopieren.



P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat: Aufgaben für Turnbeutelvergesser – Klasse 1–4
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth



Bewegungsaufgabe „Hula-Hoop-Reifen I“

Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Hula-Hoop-Reifen

Nimm dir einen Hula-Hoop-Reifen.

- ✓ Kreise ihn um deinen Arm.
- ✓ Kreise ihn um die Hüfte.
- ✓ Kreise ihn um die Kniekehlen.
- ✓ Kreise ihn um den Hals.

Wie oft schaffst du es? Notiere in der Tabelle.

Körperteil	Anzahl
Arm	
Bein	
Kniekehlen	
Hals	

Mit welchem Körperteil schaffst du es am häufigsten?

Zusatz: Kannst du auch 2, 3 oder 4 Hula-Hoop-Reifen gleichzeitig kreisen lassen?



Bewegungsaufgabe „Hula-Hoop-Reifen II“



Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

Material: Hula-Hoop-Reifen, Ball

Nehmt euch einen Hula-Hoop-Reifen und versucht, folgende Übungen durchzuführen.

- ✓ Haltet den Reifen in der Hand und stellt ihn auf den Boden. Lasst den Reifen auf dem Boden kreisen.



- ✓ Ein Schüler hält den Reifen etwas in die Luft, der andere hüpfert hinein und wieder hinaus. Versucht, den Reifen bei jedem neuen Sprung etwas höher zu halten.



- ✓ Ein Schüler hält den Reifen, der andere steigt hindurch, ohne den Reifen zu berühren.



- ✓ Ein Schüler hält den Reifen fest, der andere rollt den Ball durch den Reifen. Versucht, aus dem Reifen zu rollen.



- ✓ Ein Schüler stellt den Reifen hin und rollt ihn, der andere versucht, hindurchzuhüpfen, bevor er auf den Boden fällt.



Zusatz: Überlegt euch weitere Aufgaben mit dem Hula-Hoop-Reifen und versucht, eine Skizze dazu zu zeichnen.



Bewegungsaufgabe „Bewegung mit dem Partner“

Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

Material: Papier und Stift

Führt folgende Bewegungsaufgaben aus.

Haltet euch dabei an der Hand.

- ✓ 2 Körperteile sollen den Boden berühren.
- ✓ 3 Körperteile sollen den Boden berühren.
- ✓ 4 Körperteile sollen den Boden berühren.
- ✓ 5 Körperteile sollen den Boden berühren.

Überlegt euch, mit welchen Körperteilen die einzelnen Aufgaben leicht und mit welchen sie schwer zu lösen sind.

Notiert eure Aufgabenstellungen.

Stellt der Klasse eure Lösungen vor.



Bewegungsaufgabe „Gesunder Rücken“

Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Seil

Führe folgende Übungen für einen gesunden Rücken durch.

- ✓ Hebe das Seil hinter dem Rücken auf und ab.
- ✓ Greife mit deinen Armen nach oben, als würdest du Äpfel pflücken.
- ✓ Hebe einen Arm und ein Bein jeweils diagonal im Wechsel.
- ✓ Strecke deine Arme abwechselnd über den Kopf (seitlich).
- ✓ Bücke dich und versuche, mit den Händen den Boden zu berühren.
- ✓ Drehe den Kopf abwechselnd seitlich nach links und rechts.

Stelle deiner Klasse die Übungen vor.



Bewegungsaufgabe „Naturreise“

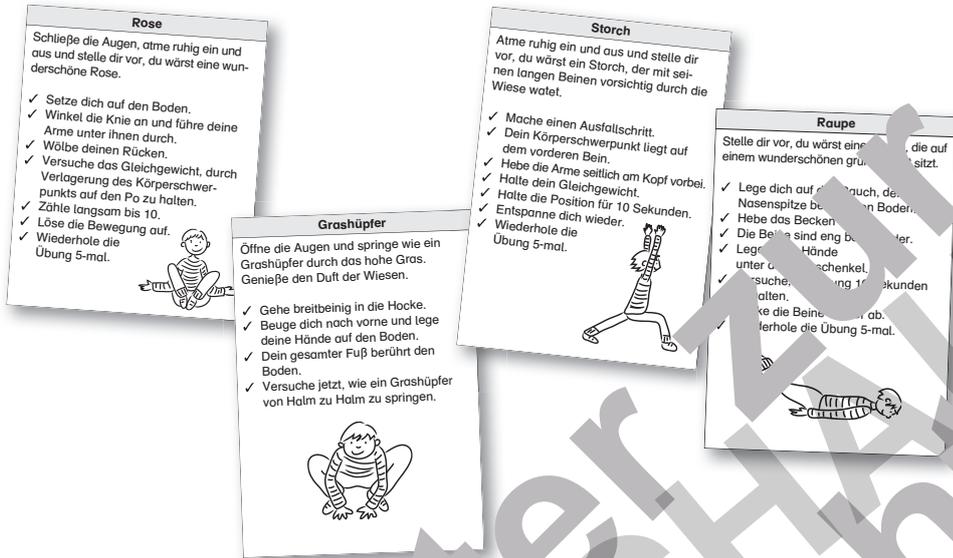


Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Karten

Gib dich auf eine Reise durch die Natur.

Führe dazu die auf den Karten dargestellten Übungen aus.



Bewegungskarte „Naturreise“



Rose	Käfer
<p>Schließe die Augen, atme ruhig ein und aus und stelle dir vor, du wärst eine wunderschöne Rose.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Setze dich auf den Boden. ✓ Winkle die Knie an und führe deine Arme unter ihnen durch. ✓ Wölbe deinen Rücken. ✓ Versuche das Gleichgewicht, durch Verlagerung des Körperschwerpunkts auf den Po zu halten. ✓ Zähle langsam bis 10. ✓ Löse die Bewegung auf. ✓ Wiederhole die Übung 5-mal. 	<p>Schließe die Augen, atme ruhig ein und aus und stelle dir vor, du wärst ein Käfer, der zwischen den Rosenblättern umherkriecht.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Lege dich auf den Bauch. ✓ Stütze deine Hände neben den Schultern ab. ✓ Stelle deine Füße auf, sodass deine Fußspitzen den Boden berühren. ✓ Hebe dein Becken an. ✓ Alles berührt den Boden außer deinem Becken. ✓ Zähle langsam bis 10. ✓ Löse die Bewegung auf. ✓ Wiederhole die Übung 5-mal. 



Bewegungskarten „Naturreise“

Grashüpfer

Öffne die Augen und springe wie ein Grashüpfer durch das hohe Gras. Genieße den Duft der Wiesen.

- ✓ Gehe breitbeinig in die Hocke.
- ✓ Beuge dich nach vorne und lege deine Hände auf den Boden.
- ✓ Dein gesamter Fuß berührt den Boden.
- ✓ Versuche jetzt, wie ein Grashüpfer von Halm zu Halm zu springen.



Raupe

Stelle dir vor, du wärst eine Raupe, die auf einem wunderschönen grünen Blatt sitzt.

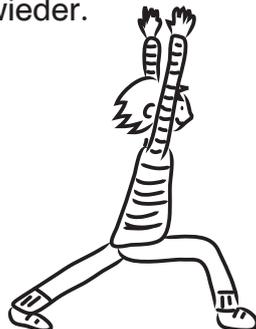
- ✓ Lege dich auf den Bauch, deine Nasenspitze berührt den Boden.
- ✓ Hebe das Becken an.
- ✓ Die Beine sind eng beieinander.
- ✓ Lege deine Hände unter die Oberarmen.
- ✓ Versuche, die Übung 10 Sekunden zu halten.
- ✓ Senke das Becken wieder ab.
- ✓ Wiederhole die Übung 5-mal.



Storch

Atme ruhig ein und aus und stelle dir vor, du wärst ein Storch, der mit seinen langen Beinen vorsichtig durch die Wiese wackelt.

- ✓ Mache einen Ausfallschritt.
- ✓ Dein Körperschwerpunkt liegt auf dem vorderen Bein.
- ✓ Hebe die Arme seitlich am Kopf vorbei.
- ✓ Halte dein Gleichgewicht.
- ✓ Halte die Position für 10 Sekunden.
- ✓ Entspanne dich wieder.
- ✓ Wiederhole die Übung 5-mal.



Schmetterling

Atme ruhig ein und aus und stelle dir vor, du wärst ein wunderschöner Schmetterling, der über die Blumenwiese fliegt.

- ✓ Lege dich auf den Bauch.
- ✓ Hebe dein Becken und die Beine an.
- ✓ Nimm die Arme zurück und umgreife mit deinen Händen deine Fußknöchel.
- ✓ Entspanne dich wieder.
- ✓ Wiederhole die Übung 5-mal.



Bewegungsaufgabe „Würfel“

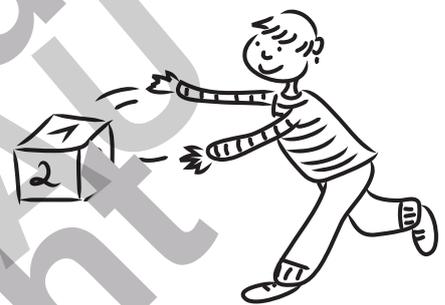


Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

Material: großer Spielwürfel, Matte

Würfelt abwechselnd und führt die Bewegungen aus, die der jeweiligen Zahl zugeordnet sind.

- ✓ 1 = 10 Kniebeugen
- ✓ 2 = 10 Hampelmänner
- ✓ 3 = 5 Liegestütze
- ✓ 4 = 10 Mal auf einem Bein springen
- ✓ 5 = Standwaage
- ✓ 6 = JOKER: Du darfst dir eine Bewegung für deinen Partner überlegen.



Bewegungsaufgabe „Therapiekreisel“

Anzahl der Schüler: 2 oder mehr

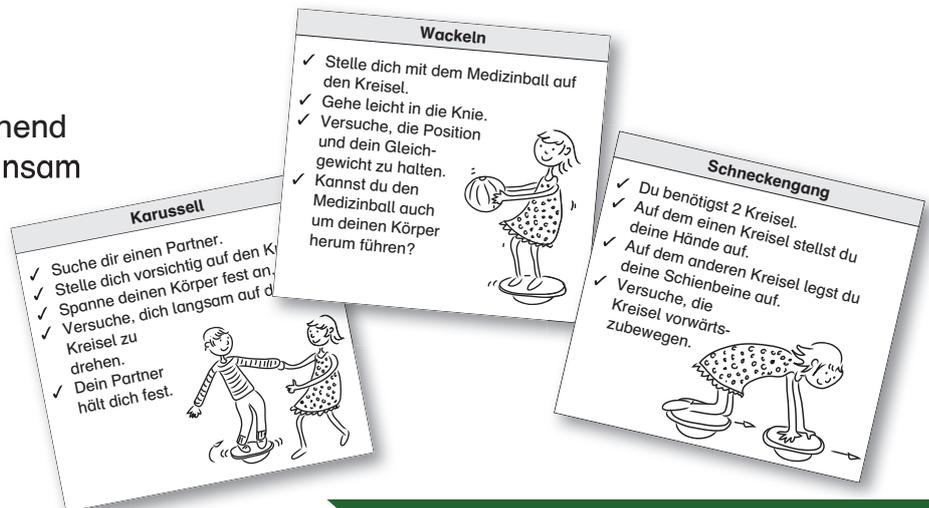
Material: Therapiekreisel, Medizinball, Seil

Nehmt euch 2 Therapiekreisele und führt die auf den Karten dargestellten Bewegungsaufgaben durch.

Zusatz: Fallen dir noch andere Übungen ein, die man auf dem Kreisel ausführen kann?

Zum Beispiel:

- ✓ sitzend
- ✓ hockend
- ✓ auf den Zehenspitzen stehend
- ✓ mit einem Partner gemeinsam auf einen Kreisel
- ✓ usw.





Bewegungskarten „Therapiekreisel“

Karussell

- ✓ Suche dir einen Partner.
- ✓ Stelle dich vorsichtig auf den Kreisel.
- ✓ Spanne deinen Körper fest an.
- ✓ Versuche, dich langsam auf dem Kreisel zu drehen.
- ✓ Dein Partner hält dich fest.



Wackeln

- ✓ Stelle dich mit dem Medizinball auf den Kreisel.
- ✓ Gehe leicht in die Knie.
- ✓ Versuche, die Position und dein Gleichgewicht zu halten.
- ✓ Kannst du den Medizinball nach um deinen Körper herum führen?



Schneckengang

- ✓ Du benötigst 2 Kreisel.
- ✓ Auf dem einen Kreisel stellst du deine Hände auf.
- ✓ Auf dem anderen Kreisel legst du deine Schienbeine auf.
- ✓ Versuche, die Kreisel vorwärts-zubewegen.



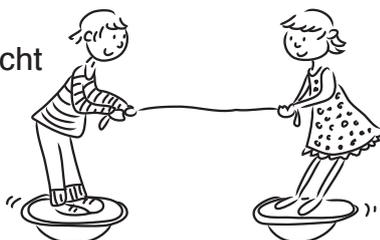
Gleichgewicht

- ✓ Suche dir einen Partner.
- ✓ Stellt euch vorsichtig gegenüber auf die Kreisel hin.
- ✓ Halte euch an den Händen fest.
- ✓ Spanne eure Körper fest an.
- ✓ Versuche, euch auf dem Kreisel hin- und herzubewegen.
- ✓ Kannt ihr euch gegenseitig aus dem Gleichgewicht bringen?



Tauziehen

- ✓ Suche dir einen Partner.
- ✓ Stellt euch vorsichtig gegenüber auf eure Kreisel hin.
- ✓ Jeder hält das Ende eines Seils oder Taus in der Hand.
- ✓ Versucht, euch durch das Ziehen aus dem Gleichgewicht zu bringen.



Standbein

- ✓ Stelle dich mit beiden Beinen auf den Kreisel.
- ✓ Versuche, langsam dein rechtes Bein anzuheben.
- ✓ Halte dein Gleichgewicht.
- ✓ Wechsle dein Bein.



Bewegungsaufgabe „Stein – Schere – Papier“



Anzahl der Schüler: 2
Material: Papier und Stift

Spielt gegeneinander „Stein – Schere – Papier“.

Der Verlierer muss folgende Aufgaben erfüllen:



- 10 Kniebeugen
- 10 Hampelmänner
- 1 Runde Krabbeln wie eine Spinne
- 2 Rollen rückwärts
- 5 Liegestütze
- 1 Minute auf einem Bein hüpfen
- 5 Rollen vorwärts
- 1 Runde laufen

Zusatz I: Überlegt euch eigene kleine Bewegungsaufgaben, die der Verlierer ausüben muss.

Zusatz II: Überlegt euch Handhaltungen, die neue Symbole darstellen. Welches Symbol gewinnt gegen ein anderes und welches verliert? Könnt ihr Symbole auch mit eurem ganzen Körper darstellen? Schreibt eure Ideen auf und stellt sie in der Klasse vor.

Bewegungsaufgabe „Bewegung mit den Füßen“



Anzahl der Schüler: 2 oder mehr
Material: Seil, Bohnensäckchen, Hütchen, Reifen, Zeitung, kleiner Kasten, Tennisbälle, Stift, Papier, Handtücher

Bei dieser Bewegungsaufgabe geht es um Geschicklichkeit. Führe mit den Füßen Übungen durch, für die du normalerweise deine Hände verwendest. Verwende dafür die folgenden Bewegungskarten.

Schreibt eure Ideen auf und stellt sie in der Klasse vor.

Formen legen

Lege mit deinen Füßen die verschiedenen Formen nach:

- ✓ ein Quadrat
- ✓ eine 1
- ✓ ein Haus
- ✓ ein Sechseck



Bohensäckchen werfen

Stelle ein Hütchen auf und lege hintereinander in unterschiedlicher Entfernung 3 Reifen auf den Boden. Wirf die Säckchen mit den Füßen in die Reifen.



Zeitung zerreißen

Zerreiße eine Zeitungsseite mit deinen Füßen in kleine Schnipsel. Lege die zerrissenen Zeitungsstücke mit deinen Füßen in einen kleinen Kasten.



Tennisball transportieren

Nimm einen Tennisball nach dem anderen mit deinen Füßen auf und befördere ihn mit diesen in den kleinen Kasten.





Bewegungskarten „Bewegung mit den Füßen“

Formen legen

Lege mit deinen Füßen die verschiedenen Formen nach:

- ✓ ein Quadrat
- ✓ eine 1
- ✓ ein Haus
- ✓ ein Sechseck



Bohnsensäckchen werfen

Stelle ein Hütchen auf und lege hintereinander in unterschiedlicher Entfernung 3 Reifen auf den Boden. Wirf die Säckchen mit den Füßen in die Reifen.



Zeitung zerreißen

Zerreiße eine Zeitungsseite mit deinen Füßen in kleine Schnipsel. Lege die zerrissenen Zeitungsstücke mit deinen Füßen in einen kleinen Kasten.



Tennisball transportieren

Nimm einen Tennisball in den Mund und lege den anderen Fuß auf den Boden. Befördere ihn mit diesen in den kleinen Kasten.



Mit den Füßen schreiben und zeichnen

Halte den Stift mit deinen Zehen und schreibe deinen Vor- und Nachnamen auf. Zeichne anschließend eine Kirsche. Schreibe/zeichne weitere Wörter oder Bilder.



Handtücher falten

Nimm dir ein Handtuch nach dem anderen und lege es vor dir auf den Boden. Falte es mit den Füßen zusammen. Versuche zum Schluss, die Handtücher zu stapeln.



Bewegungsaufgabe „Teppichfliesen“



Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Teppichfliese, Hütchen, Bank, Stift und Papier

Führe die auf den Bewegungskarten „Teppichfliesen“ dargestellten Übungen aus.

Zusatz: Erstelle für deine Mitschüler einen Indianerschleichpfad. Überlege dir verschiedene Stationen, die auch indianertauglich sind. Man muss sich so gut und leise bewegen können wie ein Indianer.



Bewegungsaufgabe „Pantomime“



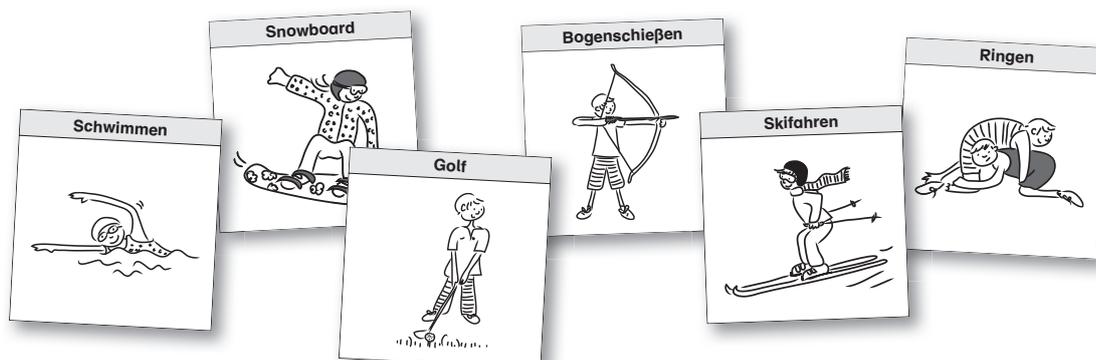
Anzahl der Schüler: 1 oder mehr

Material: Karten

Spielt gemeinsam Sportarten pantomimisch dar.

Ein Spieler zieht ein Kärtchen und stellt die darauf abgebildete Sportart pantomimisch dar. Die Mitspieler versuchen, die gezeigte Sportart zu erraten. Wem dies als Erstes gelingt, der darf als Nächstes eine Karte ziehen und fortfahren.

Gewinner des Spiels ist derjenige, der am Ende die meisten Karten gesammelt hat.





Bewegungskarten „Teppichfliesen“

Ziehen

Lege eine Teppichfliese mit der Stoffseite nach oben auf eine Bank und ziehe dich liegend 5-mal über die Bank.



Skateboardfahren

Lege die Teppichfliese mit der Stoffseite auf den Boden. Stelle dich mit einem Bein auf die Fliese und stoße dich mit dem anderen Bein ab. Wechsel nach ein paar Sekunden das Bein.



Rutsch-Slalom

Stelle dir 7 Hütchen für einen Slalom auf. Lege die Teppichfliese mit der Stoffseite auf den Boden. Setze dich auf die Fliese und rutsche durch den Slalom. Kannst du das auch im Liegen?



Kreisen

Lege die Teppichfliese mit der Stoffseite auf den Boden. Drehe dich mithilfe deiner Arme im Kreis. Kannst du dich auch drehen, wenn du die Teppichfliese umdrehst?



Snowboarden

Lege die Teppichfliese mit der Stoffseite auf den Boden. Nimm ein wenig Anlauf und springe mit beiden Füßen auf die Teppichfliese. Wie weit kannst du mit ihr rutschen? Stelle ein Hütchen für jede erreichte Weite auf!



Eiskunstlaufen

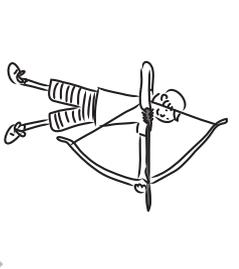
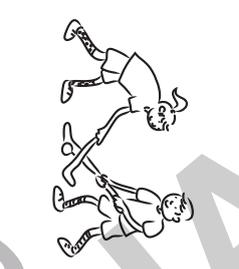
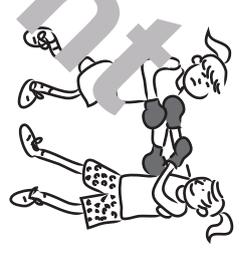
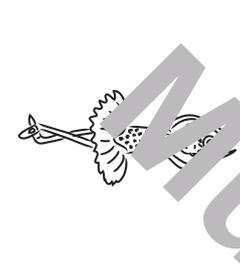
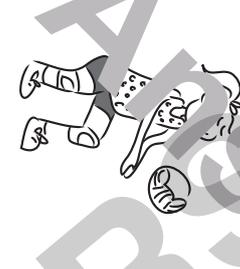
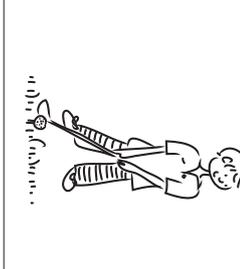
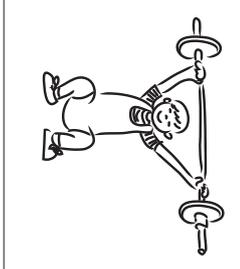
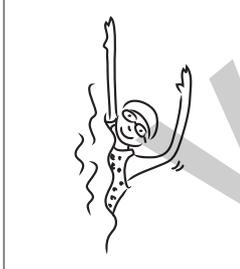
Stelle dir 10 Hütchen für einen Slalom auf. Lege die Teppichfliese mit der Stoffseite auf den Boden. Stelle dich mit den Füßen auf 2 Fliesen und rutsche damit von einer Startlinie aus rückwärts im Slalom um die Hütchen. Kannst du auch eine Pirouette drehen?



Bewegungskarten „Pantomime“



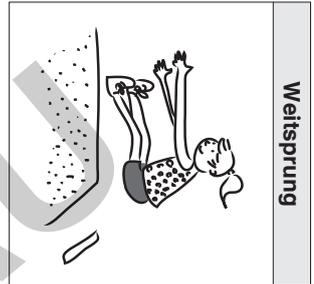
P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat: Aufgaben für Turnbeutelvergesser – Klasse 1–4
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

	Snowboard
	Bogenschießen
	Ringen
	Hockey
	Skifahren
	Boxen
	Ballett
	Volleyball
	Handball
	Golf
	Gewichtheben
	Schwimmen

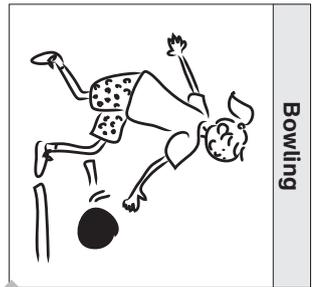
Bewegungsaufgaben



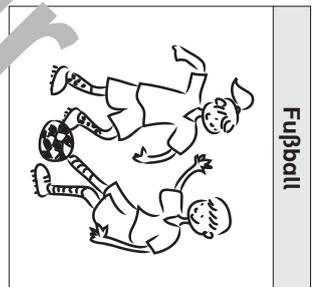
Bewegungskarten „Pantomime“



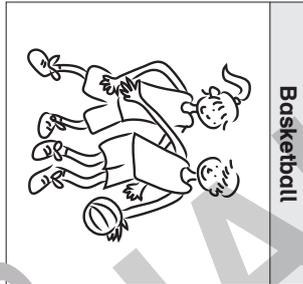
Weitsprung



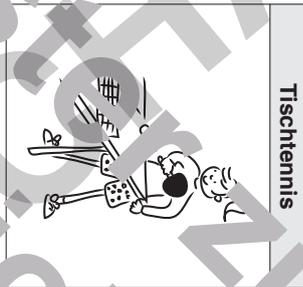
Bowling



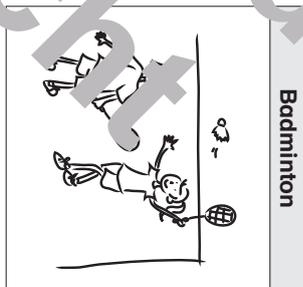
Fußball



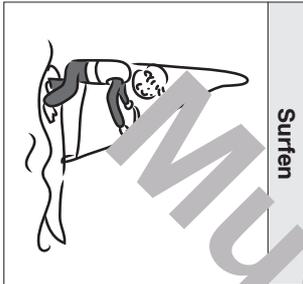
Basketball



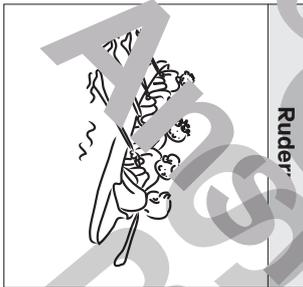
Tischtennis



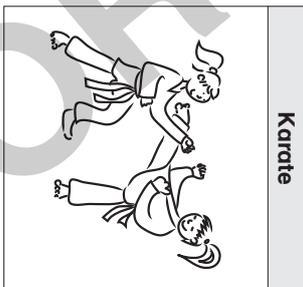
Badminton



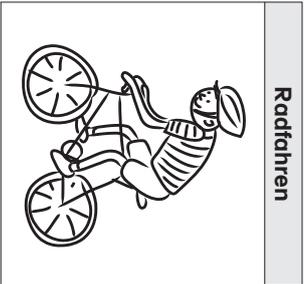
Surfen



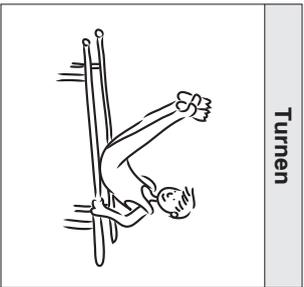
Rudern



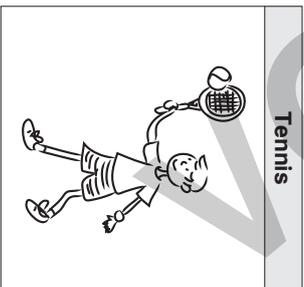
Karate



Radfahren



Turnen



Tennis

P. Frenz/E. Iaccarino-Lutkat: Aufgaben für Turnbeutelvergesser – Klasse 1–4
© Auer Verlag – AAP Lehrerfachverlage GmbH, Donauwörth

Impressum

© 2013 Auer Verlag
AAP Lehrerfachverlage GmbH
Alle Rechte vorbehalten.

Das Werk als Ganzes sowie in seinen Teilen unterliegt dem deutschen Urheberrecht. Der Erwerber des Werkes ist berechtigt, das Werk als Ganzes oder in seinen Teilen für den eigenen Gebrauch und den Einsatz im Unterricht zu nutzen. Die Nutzung ist nur für den genannten Zweck gestattet, nicht jedoch für einen weiteren kommerziellen Gebrauch, für die Weiterleitung an Dritte oder für die Veröffentlichung im Internet oder in Intranets. Eine über den genannten Zweck hinausgehende Nutzung bedarf in jedem Fall der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Die AAP Lehrerfachverlage GmbH kann für die Inhalte externer Sites, die sie mittels eines Links oder sonstiger Hinweise erreichen, keine Verantwortung übernehmen. Ferner haftet die AAP Lehrerfachverlage GmbH nicht für direkte oder indirekte Schäden (inkl. entgangener Gewinne), die auf Informationen zurückgeführt werden können, die auf diesen externen Websites stehen.

Autor: Patrycja Frenz, Elena Iaccarino-Lutkat
Illustrationen: Julia Niedermeier (juliladesign.de)