

| Klasse 3 | Klasse 4 |
|--|--|
| <p>Leichtathletik: Werfen, Laufen, Springen Wichtig: Auch in der Einzelstunde! Ausdauerlauf: Training bereits ab März/April (z.B. mit dem Hasen Joggi)</p> | |
| <p>Seilspringen (Skipping Hearts)</p> | |
| <p>Ball:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Werfen, Fangen, Prellen • Technik Schulung | <ul style="list-style-type: none"> • Völkerballturnier • Werfen, fangen, Prellen • Handball, Fußball, Basketball, Hockey • Ball über die Schnur |
| <p>Turnen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasten: Aufhocken, Hockwende • Tau, Kletterstangen, Ringe an Stationen zur Kräftigung • Rollen vor/rückwärts mit Rollhilfen • Bewegungskombinationen zusammenstellen, evtl. mit Musik | <ul style="list-style-type: none"> • Barren • Kasten: Hockwende, Durchhocken • Reck, Stufenbarren (Stützen), Bock • Tau, Kletterstangen, Ringe an Stationen zur Kräftigung • Handstand, Flugrolle, Rad, Radwende, Bewegungskombinationen zusammenstellen, evtl. mit Musik |
| <p>Tanz: Freies Bewegen zur Musik (z.B. zur Erwärmung) Material für Choreographien evtl. vom Lugert Verlag</p> | <p>Freies Bewegen zur Musik (z.B. zur Erwärmung) Material für Choreographien evtl. vom Lugert Verlag</p> <p>Akrobatik: Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Diabolo Pyramiden</p> |
| <p>Weitere Erfahrungsfelder: Schwungtuch Gymnastikband, Tücher, Reifen, Seile Rollbrett (auch parallel zur Fahrradprüfung), Waveboards Ringen und Raufen: Partnerübungen, „Ringkampf“</p> | |

Note

- Spiel, Werfen, Fangen
- Groß/Kleingerät, Turnen
- Leichtathletik
- Soziale Note: Anstrengungsbereitschaft, Lernfortschritt, Sozialverhalten