



Mars – Sport

Bewegen an Geräten und am Boden

Ich kann

- rollen
- klettern
- hangeln
- schwingen
- springen
- balancieren
- stützen
- Geräte auf- und abbauen

Laufen, Springen, Werfen

Ich kann

- schnell laufen
- ausdauernd laufen
- hoch springen
- weit springen
- weit werfen
- zielgenau werfen

Kämpfen

Ich kann

- gut kämpfen
- fair kämpfen

Gleiten, Fahren, Rollen

Ich kann

- Fahrrad fahren
- Rollbrett fahren

Schwimmen

Ich kann

- schwimmen
- tauchen

Spielen

Ich kann

- fair spielen
- verlieren
- mich im Spiel einsetzen (anstrengen)
- Spielideen erfassen (Taktik)
- eigene Spielideen weiterentwickeln

Tanzen

Ich kann

- mich rhythmisch zu Musik bewegen
- Tänze richtig mittanzen

Anspannen, Entspannen, Kräftigen

Ich kann

- meinen Körper anspannen und entspannen
- meinen Körper dehnen
- mein Körpergewicht halten