



Idee der Woche

Setting: freies Training BJS

Alter: ab 7. Klasse

Kompetenzen: Einstellungen

Funktion: Feedback-Kompetenz

Welche Fähigkeiten hast du erkannt?



Gleichgewichtsfähigkeit



Rhythmisierungsfähigkeit



Kopplungsfähigkeit



Kraftfähigkeit



Schnelligkeit

SuS wählen nach der Erwärmung, einer Übungsphase, einer Stationsarbeit....
eine passende Fähigkeit aus und begründen (ritualisiert in einer Turneinheit).

www.iqsh.de