

Bewegung und Sport 1C

Liebe 1C!

Bitte vergesst nicht, euch Zuhause auch zu bewegen!

Hier findet ihr einige Tipps und Anleitungen, wie das ganze etwas mehr Spaß machen kann:

- Für die Tänzer/innen unter euch:
<https://dance360-school.ch/de/tanzclips>

https://www.youtube.com/watch?v=sHd2s_saYsQ
- Hier findest du einige Übungen, die du nachmachen kannst:
<https://www.youtube.com/watch?v=Qac5Gs1LVjM&feature=youtu.be>

https://www.youtube.com/watch?v=L_A_HjHZxfI
- Jeden Tag kommt ein neues Video hinzu- die Aufgaben sind immer ganz verschieden:
<https://medien.ph-noe.ac.at/engage/ui/index.html?e=1&p=1&epFrom=77c974fe-4ae6-440e-a2aa-4d8300a91185>
- Für diejenigen unter euch, die es etwas entspannter lieber mögen:
<https://www.youtube.com/watch?v=UErN1VLCXC0>

Bei diesen Aufgaben trainierst du deine Augen und Hände geschickt und schnell zu bewegen:

Koordinative Übung

- Jonglieren:
<https://www.youtube.com/watch?v=N4y6P6P2T5o>

<https://www.youtube.com/watch?v=5pwzJ0Sx4oE>
- Cup- Song: <https://www.youtube.com/watch?v=Y5kYLOb6i5I>

Magie

- Snap change card: <https://www.youtube.com/watch?v=KS39-4pfex0>
- Shuffle like a Pro: <https://www.youtube.com/watch?v=zvXn5ppVB2c>
- Coin roll: https://www.youtube.com/watch?v=wbokdZh7_Gg

Sobald wir uns wieder in der Schule sehen, würden wir (Frau Mijatovic und Frau Leimlehner) uns freuen, wenn einige Schülerinnen und Schüler uns im Turnunterricht zeigen würden, dass sie Zuhause einige dieser Aufgaben fleißig geübt haben.