



Das kann oder weiß ich schon



ja



manchmal oder mit Hilfe, ich bin mir nicht sicher



nein

| Geräte allgemein | | | |
|--|--|--|--|
| Ich kenne die Geräte, weiß wo sie sind und wie sie aufgebaut und abgesichert werden: | | | |
| kleiner und großer Kasten | | | |
| Mattenkeile | | | |
| Stepper | | | |
| Barren | | | |
| Reck | | | |
| Taue | | | |
| Schwebebalken und Turnbank | | | |
| Turnmatten | | | |
| Niedersprungmatten | | | |
| Weichbodenmatte | | | |
| Sprungbretter | | | |
| Bock | | | |
| Reifen, Keulen, Stäbe, Springseile | | | |
| Fallschirm, Luftwürfel | | | |
| Luftballons, Zeitung | | | |
| Ich kenne verschiedene Spiele mit Kleingeräten | | | |
| Ich kenne Übungsformen mit Kleingeräten | | | |



Das kann oder weiß ich schon






ja



manchmal oder mit Hilfe, ich bin mir nicht sicher



nein

| mit Kasten, Bank, Bock, Sprossenwand und Tauen |  |  |  |
|---|---|---|---|
| Ich weiß wie ich diese Geräte transportiere : | | | |
| kleinen Kasten, großer Kasten | | | |
| Turnbank, Turnmatte | | | |
| Ich kann einen großen Kasten auseinander und zusammenbauen | | | |
| Ich kann eine Turnmatte richtig legen und wegräumen | | | |
| Ich kann eine Sprossenwand aus- und einklappen | | | |
| Ich kann eine Sprossenwand überklettern | | | |
| Ich kann an einem Tau schwingen | | | |
| Ich kann am Tau Kraftübungen machen | | | |
| Ich kann einen Kasten, der so hoch ist wie ich überklettern | | | |
| Ich kann auf einen großen Kasten aufhocken | | | |
| Ich kann eine Hockwende | | | |
| Ich kann eine Grätsche am Bock | | | |
| Ich kann von einem Kasten zum anderen über eine „Schlucht“ springen | | | |



Das kann oder weiß ich schon






ja



manchmal oder mit Hilfe, ich bin mir nicht sicher



nein

| Gerätebahnen und -landschaften |  |  |  |
|--|---|---|---|
| Ich kann Stationen nach Plan aufbauen | | | |
| Ich kann eine Station selbst zeichnen | | | |
| Ich kenne verschiedene Gerätestationen: | | | |
| zum Balancieren | | | |
| zum Klettern | | | |
| zum Hangeln | | | |
| zum Schaukeln | | | |
| zum Springen | | | |
| zum Überwinden (Laufen, Kriechen, usw.) | | | |
| Ich kenne Übungsformen und Spiele zu Gerätebahnen und -landschaften | | | |
| Ich kenne Gefahren bei Gerätebahnen und Gerätestationen | | | |
| Ich weiß wie ich Stationen sicherer machen kann | | | |
| Ich weiß wie ich durch mein Verhalten Stationen sicherer machen kann | | | |
| | | | |



Das kann oder weiß ich schon



ja



manchmal oder mit Hilfe, ich bin mir nicht sicher



nein

| Turnen an Geräten | | | |
|--|--|--|--|
| Ich kann am Reck : | | | |
| in den Stütz springen und mehrere Sekunden halten, zur Seite hangeln | | | |
| eine Rolle | | | |
| einen Klimmzug, zur Seite hangeln | | | |
| einen Hüftaufschwung | | | |
| Ich kann am Barren oder Stufenbarren : | | | |
| schwingen | | | |
| längs und quer überwinden, hangeln, klettern, krabbeln | | | |
| die Wende | | | |
| die Rolle in den Grätschsitz am Barren | | | |
| Ich kann am Schwebebalken : | | | |
| Sprünge und Drehungen | | | |
| verschiedene Auf- und Absprünge | | | |
| Ich kann die Rolle und Übungsformen zur Rolle | | | |
| Ich kann das Rad und Übungsformen zum Rad | | | |
| Ich kann verschiedene Sprünge am Minitrampolin | | | |
| Ich weiß wie ich meinen Körper, Kopf, Arme, Beine und Hände bei den verschiedenen Übungen halten oder bewegen muss | | | |