



Das kann oder weiß ich schon



ja



nicht so gut,
ich bin mir nicht sicher



nein

Name:

Laufen, <u>Springen</u> , Werfen / Stoßen			
Ich kann zu Musik oder einem Rhythmus einbeinig/zweibeinig springen			
Ich kann den Hopserlauf vorwärts und rückwärts			
Ich kenne Übungen und Spiele zum Springen			
Ich weiß, was ein Sprunggarten ist und kann auch einige Stationen aufbauen			
Ich kann aus dem Stand und beim Laufen über Hindernisse springen			
Ich kann aus dem Stand und mit Anlauf weit oder hoch springen			
Ich kann von verschiedenen Geräten abspringen (Kastenoberteil, Sprungbrett, Gummimatte, Mattenkeil, Kastentreppe)			
Ich weiß, was eine Absprunzzone ist			
Ich kann Hindernisse auf verschiedene Art überspringen (Schritt, Schere, Rolle)			
Ich kann den Flop			
Ich kann auf dem Sportplatz an der Sprunggrube springen			
Ich weiß - in Meter, wie hoch ich springen kann			
Ich weiß - in Meter, wie weit ich springen kann			