

KISS- Inhalte 2020/21

	Mini I + II	VS
Bis zu den Weihnachtsferien	<ul style="list-style-type: none"> - 15 Minuten freies Bewegen an den Gerätestationen. - Geräte- + Geschicklichkeitsparcours - Körperspannungsübungen: stützen, rollen - Kleingeräte- Übungen und Spiele mit Seilen und Reifen - Spiele mit Bällen 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf- und Fangspiele - Körperspannungsübungen - intensive Ballschule: prellen, werfen, fangen
	AB I + AB II	AB III
	<p>1. Termin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Warm Up/Gymnastik- Dehnung und Kräftigung - intensive Ballschule: prellen, werfen, fangen - Allgemeine Ballspiele – Literatur: Praxismappe Ballspiele - Seilspringen + Seilspring- Urkunde (nur AB II) <p>2. Termin, 2x KiSS/Woche: (Do- Schwimmen im F3 -> findet momentan nicht statt)</p> <p>Rückschlagspiele und Akrobatik – Literatur: Von der Hand zum Racket / Menschenpyramiden</p>	<p>1. Termin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Warm Up/Gymnastik- Dehnung und Kräftigung - intensive Ballschule: prellen, werfen, fangen - Allgemeine Ballspiel, Handball- spezifisch - Alterslauf <p>2. Termin, 2x KiSS/Woche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungslandschaft - Gr Trampolin - Akrobatik
	OS	
	<p>1. Termin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Warm Up/Gymnastik- Dehnung und Kräftigung - Ballschule und Rückschlagspiele - Seilspringurkunde Teil 2 <p>2. Termin, 2x KiSS/Woche:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungslandschaft - Gr Trampolin - Akrobatik 	