

2.5.2 Einfache Gerätetechniken mit Materialien in Kombinationen (Schuljahrgang 2)

1. Führe die Übungskombination (Teile A und B) selbstständig mit guter Körperhaltung aus. Passe deine Bewegungen der vorgegebenen Musik und den Eigenschaften des Tuches an. (AFB I)

Ausgangsstellung: Schlusstand, Tuch geöffnet in Vorhalte, an 2 Ecken gefasst

Auftakt: kleine Kniebeuge mit Senken des Tuches in Tiefhalte

Teil A

Zählzeit	1	Heben in den Ballenstand mit Vorhochschwung des gespannten Tuches
	2	Senken in den Hockstand mit Tiefschwung
	3	Strecken zum Ballenstand und Vorhochschwung mit Abwurf
	4	Fangen an einer Tuhecke und Rückkreisschwung rechts
	5	Schlusstand mit Nachfedern und Rückschwung rechts
	6	Schlusstand mit Nachfedern und Vorschwung rechts mit Hochwurf, Fangen links
	7/8	5/6 widergleich

Teil B

Zählzeit	9	1/4 Rechtsdrehung mit vertikalem Rechtsschwung in die Seithalte
	10	Linksschwung rechts über dem Kopf mit Gewichtsverlagerung
	11	Rückbewegung
	12/13	5/4 Linksdrehung (auch in kleiner Kniebeuge) mit Seithalte rechts
	14	Schlussballenstand mit Gegenkreisschwung in die Tiefhalte
	15/16	Hochwurf und Senken zum Sitz (beliebig)

2. Gestaltet einen euch aus dem Musikunterricht bekannten Paartanz mit eurer Gruppe für eine Aufführung beim Schulfest. (AFB II)