

## 1. Handgerät I

- a) Nenne verschiedene Handgeräte!

*Ball  
Band  
Seil  
Reifen*

- b) Welche grundlegenden Bewegungsfertigkeiten kennst du für diese Geräte?

*Ball: Rollen, Prellen, Werfen, Fangen, Balancieren  
Band: Schwünge, Kreisschwünge, Achterschwünge, Schlagen, Spirale  
Seil: Springen, Schwingen, Laufen, Hüpfen  
Reifen: Rollen, Werfen, Fangen, Drehen, Schwingen, Kreisen*

## 2. Handgeräte II

- a) Welche Fehler können dir bei der Ausführung einer Bandgymnastik unterlaufen?

*Knotenbildung  
Knallen des Bandes  
Umwickeln des Körpers  
Keine gleich bleibende Dynamik*

## 3. Rhythmus:

- a) Mit welchen akustischen Klanggeste und elementaren Instrumenten kann eine Bewegungsform rhythmisch begleitet werden?

*Klanggesten: Schnalzen, Stampfen, Klatschen, Patschen  
Instrumente: Handtrommel, Bonga, Pauke, Triangel, Glocken, Schellenrassel*

## 4. Rhythmus:

- a) Versuche folgende Bewegungsformen zu begleiten!

*Gehen  
Laufen  
Hüpfen  
Springen*

5. **Musik I**

- a) *Erkläre den Square Dance! (Kulturelles, Aufstellungsformen, u.a)*
  
- b) *Was ist ein Caller?*

6. **Musik II**

- a) Nenne einige Figuren des Square Dance!

*Ladies Chain  
Dosado  
Cricke Right/ Left  
Star Right/ Left*

7. **Musik:**

- a) Erkläre den Rock'n'Roll (Herkunftsland, Grundschrift, Figuren, u.a.)