

## 5a, 5b, 5c - Schwimmen/Sport - Schwimmgruppe BUS

Auf der Schulhomepage ist ein Hinweis zu Bewegungsideen. Schau dir die Seite an und probiere das Bewegungsangebot aus, das dir gefällt. Du kannst auch folgenden Link benutzen:

<https://padlet.com/dirkoertker/h7cb387ajg0b>

Besonders möchte ich auf den Basketballverein Alba Berlin hinweisen, der seit 2 Wochen auf seinem Youtube-Kanal Sport für Schülerinnen und Schüler anbietet: Alle Übungen werden gut erklärt und können zu Hause durchgeführt werden. Folgende altersentsprechende Bewegungsangebote gibt es: Kita, Grundschule und Oberschule.

Das Sportangebot für die Grundschule erscheint zu folgenden Terminen:

montags, mittwochs und freitags um 15 Uhr

Beispiel für Bewegungsangebote (Grundschule):

<https://www.youtube.com/watch?v=lij9O93WpH4> (Grundschule 2/Koordination&Rhythmus')

<https://www.youtube.com/watch?v=8B8KmyPNLCK> (Grundschule 5/Toilettenpapier)

Das Sportangebot für die Oberschule erscheint zu folgenden Terminen:

dienstags und donnerstags um 15 Uhr

Beispiel für Bewegungsangebote (Oberschule):

<https://www.youtube.com/watch?v=3kbhr03wJh4> (Oberschule 1/Land von Feuer & Eis)

<https://www.youtube.com/watch?v=-egj51HOnU> (Oberschule 2/Power Workout)