



Sports Academy 4

- **Körperwahrnehmung, Fitness** und des Weiteren **Basketball** und **Ultimate-Frisbee** sind Schwerpunkte im Unterricht der **Sports Academy 4**.
- Die bereits erlernten Entspannungstechniken werden, gemeinsam mit der Lehrkraft, weiter geübt und vertieft.
- Der Poysdorfer Ultimate-Frisbee Verein „Nitro Circles“ wird in 6 x 2 Stunden den Kindern diese Sportart näherbringen.

- Was bereits in der 3. Klasse begonnen hat, wird in **Sports Academy 4** weitergeführt: die individuelle Förderung **verschiedener Interessen** unserer SportschülerInnen.
- So gibt es die Möglichkeit die **Schülerliga-Teams** in Fußball, Basketball (beide ab der 1. Klasse) und Tischtennis (beide ab der 3. Klasse) zu belegen.

- Die SchülerInnen werden mittels Übungen an den Geräten unserer **Kraft- und Bewegungszone** individuell ihre Körperkraft trainieren.
- Außerdem dürfen die Kinder mit der **Fitnesstrainerin Stefanie Markovics** ihre körperliche Fitness in 2 x 2 Einheiten individuell steigern.
- Kondition, Ausdauer sowie mentale Stärke und Erfahrung der eigenen Grenzen lernen die Kinder weiters durch die Teilnahme an unserem „Weinviertel Extrem – School of Walk“.

- Begleitet von Musik und Spaß werden beim Tanzen Haltung, Atmung, Balance und motorische Fähigkeiten durch die Tanzlehrerin Mag. Johanna **Weissenböck** trainiert.
- Besonders werden durch Bewegung zu Rhythmen auch die kognitive Leistungs-, Konzentrations-, Reaktions- und Orientierungsfähigkeit gefördert.
- SchülerInnen stärken beim Tanz außerdem auf ganz besondere Weise ihre Körperwahrnehmung.

Ultimate Frisbee

- Der **Frisbeeverein „Nitro Circles“** trainiert die SchülerInnen in 6 x 2 Einheiten in der neuen Trendsportart **Ultimate Frisbee**.
- Dieser Sport erfordert Kraft, Kondition und Koordination.
- Im Unterricht lernen die interessierten SchülerInnen mit ihrer Lehrkraft verschiedene **einfache bis komplexe Übungen**, je nach Interesse und Fähigkeiten.

- Der Spieler **Ian Moschik** des **Basketballvereins Mistelbach Mustangs** wird in 4 x 3 Einheiten den Kindern die Ballsportart Basketball näherbringen.
- Diese Ballsportart erfordert Kraft, Kondition, Koordination und Geschicklichkeit.
- Im Unterricht lernen die interessierten SchülerInnen mit ihrer Lehrkraft verschiedene **einfache bis komplexe Übungen**, je nach Interesse und Fähigkeiten.