

MS.1

C

Currer, siglir, bittar

Bittar

1. Las scolaras ed ils scolars san bittar, stuschar e sdermanar objects al lung ed enconuschan las caracteristicas che determineschan la prestaziun.

renviaments

Bittar

MS.1.C.1

Las scolaras ed ils scolars ...

1	1a	» san bittar objects al lung.	
	1b	» san bittar objects cun il maun dretg e cun il maun sanester al lung (tir da posiziun ferma).	
2	1c	» san numnar ed applitgar caracteristicas impurtantas da la tecnica da bittar cun prender 3 pass schlantsch.	
	1d	» san exequir in tir sdermanà or da posiziun ferma (p.ex. suga nuada ensemen).	
3	1e	» san numnar ed applitgar caracteristicas impurtantas da la tecnica da bittar cun prender 5 pass schlantsch (p.ex. balla, lantscha).	
	1f	» san sdermanar in object or d'ina rotaziun (p.ex. pneu da velos).	
	1g	» san observar tar las conscolaras ed ils conscolars caracteristicas impurtantas dal bittar e dal sdermanar e dar in feedback.	
	1h	» san numnar ed applitgar caracteristicas impurtantas dal bittar la lantscha u dal bittar cun rotaziun.	

Stuschar

MS.1.C.1

Las scolaras ed ils scolars ...

3	2a	» san stuschar in object al lung cun ina stendida da l'entir corp (p.ex. balla medicinala).	
	2b	» san numnar ed applitgar caracteristicas impurtantas da la tecnica da stuschar la culla.	
	2c	» san stuschar ina culla al lung sco era observar tar las conscolaras ed ils conscolars caracteristicas impurtantas e dar in feedback.	