

## **Terms and Conditions**

The Library provides access to digitized documents strictly for noncommercial educational, research and private purposes and makes no warranty with regard to their use for other purposes. Some of our collections are protected by copyright. Publication and/or broadcast in any form (including electronic) requires prior written permission from the Library.

Each copy of any part of this document must contain there Terms and Conditions. With the usage of the library's online system to access or download a digitized document you accept there Terms and Conditions.

Reproductions of material on the web site may not be made for or donated to other repositories, nor may be further reproduced without written permission from the Library

For reproduction requests and permissions, please contact us. If citing materials, please give proper attribution of the source.

### Imprint:

Director: Mag. Renate Plöchl

Deputy director: Mag. Julian Sagmeister

Owner of medium: Oberösterreichische Landesbibliothek

Publisher: Oberösterreichische Landesbibliothek, 4021 Linz, Schillerplatz 2

### Contact:

Email: [landesbibliothek\(at\)ooe.gv.at](mailto:landesbibliothek(at)ooe.gv.at)

Telephone: +43(732) 7720-53100

Gerätübungen: Übungen wie oben; Springen.  
Spiele.

**III. Stufe.** Ordnungsübungen: Aufzüge zu Doppelsäulen. Öffnen und Schließen. Reihungen und Schwenkungen in den Viererreihen. Stern und Ring der Doppelpaare. — Gehen, Laufen, Hüpfen; Wiegegang, Wiegelauf, Wiegehupf; Kreuzzwirbeln und Kreuzzwirbelhüpfen.

Freiübungen im Stehen: Verbindung von Arm-, Bein- und Rumpfübungen. Übungen mit dem Holzstabe.

Gerätübungen, wie oben; dazu: Übungen an der schrägen Leiter.  
Spiele.

**IV. Stufe.** Ordnungsübungen: Aufzüge mit Teilung der Klasse in ungleiche Abteilungen. Gegenzug und Kette im Kreise bei Einteilung der Klasse in Dreier- oder Viererlinien. — Gang- und Hüpfarten: Schleifhopsen, Schlaghopsen, Schwenkhüpfen, Doppelschottisch-, Kreuzhüpfen.

Frei- und Stabübungen im Stehen: Überheben des Stabes; Kniebeugungswechsel in einer Schrittstellung; Knien eines Beines; Schreiten mit Rumpfübungen.

Gerätübungen, wie oben; dazu: Übungen am Barren und an den Schaukelringen.  
Spiele.

**V. Stufe.** Ordnungsübungen: Aufzüge mit wiederholter Teilung der Abteilungen; Ordnungsübungen in der Gassenaufstellung. — Gang- und Hüpfarten; Schrittkehre, Schrittwirbeln; Spreizhopsen, Spreizzwirbeln; Walzen, Walzerschritt.

Frei- und Stabübungen im Stehen: Stabwinden, Übungen mit Hanteln und Keulen.

Gerätübungen, wie oben, mit Erschwerungen.  
Spiele.

**VI. Stufe.** Ordnungsübungen: Zusammengesetzte Übungen, meist in Reigenform, auch in Aufstellung in Vierecken. — Gehen, Hüpfen, Laufen. Verschiedene Verfertigungen von Gang- und Hüpfarten.

Freiübungen im Stehen ohne und mit Belastung durch Handgeräte. Gesellschaftsübungen mit Holzstäben.

Gerätübungen, wie oben.  
Spiele.

### Mädchenspiele.

Letztes Paar herbei. Kreiswettlaufen. Katze und Maus. Plumpsack. Schwarzer Mann. Fangen oder Haschen. Schlaglaufen. Diebschlagen. Blindfuß. Die dritte abschlagen. Schlagball. Wanderball. Kreisball. Mordball. Barlaufen. Grenzball. Tambourinball. Reifenwerfen. Federball. Lawn-Tennis.

### Weibliche Handarbeiten.

Lehrziel: Verständnis und Fertigkeit in der Ausführung der wichtigsten bürgerlichen Nadelarbeiten mit Benützung der im Zeichenunterrichte gewonnenen Kenntnisse. — Weckung und Förderung der Ordnungsliebe und des Geschmacks.