

Jugi 3

Semester 2

2018 / 2019

Kursplanung J+S-Kindersport Allround

Einturnen: Runden Laufen, Liegestütz, Situps, Froschhüpfen, Seilspringen

Name der Gruppe: Jugi 3
Alter der Kinder: 4. / 5. / 6. Klasse
J+S-Leiter: Ramon Horat J+S-Leiter/in Kindersport: Silvan Nideröst
Ort/Zeit Angebot: Dienstag, 19 - 20.15 Uhr
Kursperiode: Januar bis Juli 2019
Geplante Ziele/Schwerpunkte: Bewegungsgrundformen erwerben und anwenden

Lektion	Datum	Leiter	Hilfsleiter	Thema/Schwerpunkt/Ziel	Inhalte	Nachbearbeitung Bemerkungen
1	08.01.2019	Ramon	Dario	Spiel ohne Grenzen	Verschiedene Spiele, kleine Gruppen, 3 gegen 3, (auch Fussball, Handball, Basketball)	
2	15.01.2019	Cornel	Sämi	Burner Games	Ausdauer / Kraft	
3	22.01.2019	Ramon	Damian	Stafetten		
4	29.01.2019	Cornel	Sämi	Hangen	Ring, Reck, Barren	
5	05.02.2019	Damian	Dario	Rollen / Drehen / Purzelbaum		
6	12.02.2019	Cornel	Sämi	Der Ball und ich	Prellen, an die Wand schiessen, Büchsen schiessen, verschiedene Bälle	
7	19.02.2019	Ramon	Dario	Der Ball und wir	zusammen zu spielen, Tuptball, Brennball	
8	26.02.2019			Sportferien		
9	05.03.2019			Güldedienstag		
10	12.03.2019	Cornel	Sämi	Tanzen	Rhythmus	
11	19.03.2019			Josef Tag		
12	26.03.2019	Cornel	Sämi	Lauf - und Sprungformen	Matten, Reifen, Seile	
13	02.04.2019	Ramon	Dario	Balancieren		
14	09.04.2019	Cornel	Sämi	Geräte turnen	Ring, Reck, Barren	
15	16.04.2019	Ramon	Damian	Weitsprung / Ballweitwurf	(ev. in der Halle)	
16	23.04.2019	Cornel	Sämi	Team Wettkampf Jugi		
17	30.04.2019			Frühlingsferien		
18	07.05.2019			Frühlingsferien		
19	14.05.2019	Ramon	Dario	Weitsprung / Ballweitwurf	wenn immer möglich draussen	
20	21.05.2019	Cornel	Sämi	Sprint, Ballweitwurf	wenn immer möglich draussen	
21	28.05.2019	Ramon, Dario	Damian	UBS Kids Cup		Dienstag
22	04.06.2019	Cornel	Sämi	Ballweitwurf / Weitsprung	200 gr. Bälle	
23	11.06.2019	Damian	Dario	Stafetten / Teamwettkampf Jugi	Pendellauf	
24	18.06.2019	Cornel	Sämi	Ballzielwurf / Hindernislauf	Hindernislauf in der Halle aufstellen	
25	25.06.2019	Ramon	Dario	Team Wettkampf Jugi / Weitsprung		
26	30.06.2019			Jugitag	Steinen	Sonntag
27	02.07.2019	Ramon, Dario	Damian	Rund um den See	Abschluss / Jahresmeister	Dienstag

Lektionen unter:

www.mobilesport.ch

www.jugendundsport.ch