

Jugi 4

Semester 2

2018 / 2019

Kursplanung J+S-Kindersport Allround

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

Name der Gruppe:

Jugi 4

Alter der Kinder:

Oberstufe

J+S-Leiter

Ramon Horat, Damian Villiger, Cornel Pfrunder

Ort/Zeit Angebot:

Dienstag, 19.30 - 20.45 Uhr

Kursperiode:

Januar bis Juli 2020

Geplante Ziele/Schwerpunkte:

Bewegungsgrundformen anwenden

Lektion	Datum	Leiter	Hilfsleiter	Thema/Schwerpunkt/Ziel	Inhalte	Nachbearbeitung Bemerkungen
1	04.02.2020	Damian		Spiel ohne Grenzen	Verschiedene Spiele, kleine Gruppen, 3 gegen 3, (auch Fussball, Handball, Basketball)	
2	11.02.2020	Cornel		Burner Games	Ausdauer / Kraft	
3	18.02.2020	Ramon		Stafetten	Schubkarre, Farben suchen, Tretti Brett, Büchenschiesen	
4	25.02.2020			Sportferien		
5	03.03.2020					
6	10.03.2020					
7	17.03.2020					
8	24.03.2020					
9	31.03.2020					
10	07.04.2020					
11	14.04.2020					
12	21.04.2020					
13	28.04.2020					
14	05.05.2020					
15	12.05.2020					
16	19.05.2020					
17	26.05.2020					
18	02.06.2020					
19	09.06.2020	Damian		Spiel ohne Grenzen		
20	16.06.2020	Cornel		Spiel ohne Grenzen		
22	23.06.2020	Ramon		Spiel ohne Grenzen		
23	30.06.2020	Alle		Rund um den See		

Lektionen unter:

www.mobilesport.ch

www.jugendundsport.ch