

Jugi 1

Semester 1

2021/ 2022

Kursplanung J+S-Kindersport Allround

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

Name der Gruppe:	Jugi 1	
Alter der Kinder:	Kl. / gr. Kindergarten, 1. Klasse	
J+S-Leiter/in Kindersport:	Silvan Niderröst, Anina Bürgi	Hilfsleiter: Merit Bürgi, Dario Pfrunder
Ort/Zeit Angebot:	Dienstag, 17:30 -18:30 Uhr	
Kursperiode:	August 2021 bis Juli 2022	
Geplante Ziele/Schwerpunkte:	Bewegungsgrundformen kennenlernen, erwerben und anwenden	Einzeln, zu zweit, max Gruppen mit 3 Kindern

Lektion	Datum	Haupt-Leiter	Hilfsleiter	Thema/Schwerpunkt/Ziel	Inhalte	Bemerkungen
1	24.08.2021	Anina	Merit	Weitsprung, Slalom	schnellster Lauerzer	draussen
2	31.08.2021	Silvan	Dario	200m, Ballpendellauf	schnellster Lauerzer	draussen
3	07.09.2021	Anina	Merit	Ballzielwurf, 400m Lauf	schnellster Lauerzer	draussen
4	12.09.2021	Alle	Alle	schnellster Lauerzer		
5	14.09.2021	Anina	Merit	Seelöwen und Eisbären	Seelöwen und Eisbären	
6	21.09.2021	Silvan	Dario	Über den Fluss	Über den Fluss	
7	28.09.2021	Anina	Merit	Flipperkasten	Flipperkasten	
8	05.10.2021			Herbstferien		
9	12.10.2021			Herbstferien		
10	19.10.2021	Silvan	Dario	Spiel ohne Grenzen	Spiel ohne Grenzen	Einführung Turnen Lektion 2
11	26.10.2021	Anina	Merit	Schnell laufen	schnell laufen	laufen-springen-werfen Lektion 1
12	02.11.2021	Silvan	Dario	Fussball	Fussball	Fussball
13	09.11.2021	Anina	Merit	Spielerisch kräftigen	spielerisch kräftigen	Geräteturnen Lektion 13
14	16.11.2021	Silvan	Dario	gradlinig werfen	Gradlinig werfen	Gradlinig werfen Lektion 10
15	23.11.2021	Anina	Merit	Stafetten	verschiedene Stafettenformen	Laufen_Springen_Werfen Lektion 2
16	30.11.2021	Silvan	Dario	Spielen lernen	Einzeln, Zusammen, Mannschaft	Handball Lektion 8
17	07.12.2021	Anina	Merit	Samichlaus	im Wald	
18	14.12.2021	Silvan	Dario	Fallen lernen	Fallen lernen	Kämpfen und Fallen
19	21.12.2021	Anina	Merit	Mut tut Gut	Mut tut Gut	Turnen Lektion 1
20	28.12.2021			Weihnachtsferien		
21	04.01.2022			Weihnachtsferien		
22	11.01.2022	Silvan	Dario	Werfen und Fangen	10-erlei	Turnen Lektion 11
23	18.01.2022	Anina	Merit	Leiterlispiel	Leiterlispiel in der Sporthalle	Leiterlispiel
24	25.01.2022	Silvan	Dario	alle spielen miteinander	Freude am Spiel	Spielfestival

Lektionen unter:

www.mobilesport.ch

www.jugendundsport.ch