

Jugi 1

Semester 1

2022/ 2023

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:	Anina Bürgi, Silvan Niderröst	Hilfsleiter: Merit Bürgi, Lea Zurfluh
Ort/Zeit Angebot:	Donnerstag, 17:30 -18:30 Uhr	
Kursperiode:	August 2022 bis Juli 2023	
Geplante Ziele/Schwerpunkte:	Bewegungsgrundformen kennenlernen, erwerben und anwenden	Einzel, zu zweit, max Gruppen mit 3 Kindern

Lektion	Datum	Haupt-Leiter	Hilfsleiter	Thema/Schwerpunkt/Ziel	Inhalte	Bemerkungen
1	25.08.2022	Anina	Merit	Weitsprung, Slalom	schnellster Lauerzer	draussen
2	01.09.2022	Silvan	Lea	100m, Ballpendellauf	schnellster Lauerzer	draussen
3	08.09.2022	Anina	Merit	Ballzielwurf, 400m Lauf	schnellster Lauerzer	draussen
4	11.09.2022	Alle	Alle	schnellster Lauerzer		
5	15.09.2022	Silvan	Lea	Seelöwen und Eisbären	Seelöwen und Eisbären	
6	22.09.2022	Anina	Merit	Über den Fluss	Über den Fluss	
7	29.09.2022	Silvan	Lea	Flipperkasten	Flipperkasten	
8	06.10.2022			Herbstferien		
9	13.10.2022			Herbstferien		
10	20.10.2022	Anina	Merit	Spiel ohne Grenzen		
11	27.10.2022	Silvan	Lea	Spiel ohne Grenzen	Spiel ohne Grenzen	Einführung Turnen Lektion 2
12	03.11.2022	Anina	Merit	Schnell laufen	schnell laufen	laufen-springen-werfen Lektion 1
13	10.11.2022	Silvan	Lea	Fussball	Fussball	Fussball
14	17.11.2022	Anina	Merit	Spielerisch kräftigen	spielerisch kräftigen	Geräteturnen Lektion 13
15	24.11.2022	Silvan	Lea	gradlinig werfen	Gradlinig werfen	Gradlinig werfen Lektion 10
16	01.12.2022	Anina	Merit	Stafetten	verschiedene Stafettenformen	Laufen_Springen_Werfen Lektion 2
17	08.12.2022	Silvan	Lea	Samichlaus	im Wald	
18	15.12.2022	Anina	Merit	Spielen lernen	Einzel, Zusammen, Mannschaft	Handball Lektion 8
19	22.12.2022	Silvan	Lea	Fallen lernen	Fallen lernen	Kämpfen und Fallen
20	29.12.2022			Weihnachtsferien		
21	05.01.2023			Weihnachtsferien		
22	12.01.2023	Anina	Merit	Mut tut Gut	Mut tut Gut	Turnen Lektion 1
23	19.01.2023	Silvan	Lea	Werfen und Fangen	10-erlei	Turnen Lektion 11
24	26.01.2023	Anina	Merit	Leiterlspiel	Leiterlspiel in der Sporthalle	Leiterlspiel
25	02.02.2023	Silvan	Lea	alle spielen miteinander	Freude am Spiel	Spielfestival

Lektionen unter:

www.mobilesport.ch

www.jugendundsport.ch