

Jugi 3

Semester 1

2022 / 2023

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 Jugend und Kindersport:

Brigitte Schilter, Elija Iten Hilfsleiter: Dario Pfrunder

Ort/Zeit Angebot:

Dienstag, 19.00 - 20.15 Uhr

Kursperiode:

August 2022 - Juli 2023

Geplante Ziele/Schwerpunkte:

Bewegungsgrundformen erwerben und anwenden

Lektion	Datum	Leiter	Hilfsleiter	Thema/Schwerpunkt/Ziel	Inhalte	Nachbearbeitung Bemerkungen
1	23.08.2022	Jacqueline	Dario	Weitsprung, Slalom	schnellster Lauerzer	draussen
2	30.08.2022	Rahel	Dario	100m, Ballpendellauf	schnellster Lauerzer	draussen
3	06.09.2022	Jacqueline	Dario	Ballzielwurf, 400m Lauf	schnellster Lauerzer	draussen
4	11.09.2022	Alle	Alle	schnellster Lauerzer		
5	13.09.2022	Rahel	Dario	Seelöwen und Eisbären	Seelöwen und Eisbären	
6	20.09.2022	Jacqueline	Dario	Über den Fluss	Über den Fluss	
7	27.09.2022	Rahel	Dario	Flipperkasten	Flipperkasten	
8	04.10.2022			Herbstferien		
9	11.10.2022			Herbstferien		
10	18.10.2022	Jacqueline	Dario	Spiel ohne Grenzen		
11	25.10.2022	Rahel	Dario	Spiel ohne Grenzen	Spiel ohne Grenzen	Einführung Turnen Lektion 2
12	01.11.2022	Jacqueline	Dario	Schnell laufen	schnell laufen	laufen-springen-werfen Lektion 1
13	08.11.2022	Rahel	Dario	Fussball	Fussball	Fussball
14	15.11.2022	Jacqueline	Dario	Spielerisch kräftigen	spielerisch kräftigen	Geräteturnen Lektion 13
15	22.11.2022	Rahel	Dario	gradlinig werfen	Gradlinig werfen	Gradlinig werfen Lektion 10
16	29.11.2022	Jacqueline	Dario	Stafetten	verschiedene Stafettenformen	Laufen_Springen_Werfen Lektion 2
17	06.12.2022	Rahel	Dario	Samichlaus		
18	13.12.2022	Jacqueline	Dario	Spielen lernen	Einzel, Zusammen, Mannschaft	Handball Lektion 8
19	20.12.2022	Rahel	Dario	Fallen lernen	Fallen lernen	Kämpfen und Fallen
20	27.12.2022			Weihnachtsferien		
21	03.01.2023			Weihnachtsferien		
22	10.01.2023	Jacqueline	Dario	Mut tut Gut	Mut tut Gut	Turnen Lektion 1
23	17.01.2023	Rahel	Dario	Werfen und Fangen	10-erlei	Turnen Lektion 11
24	24.01.2023	Jacqueline	Dario	Leiterlenspiel	Leiterlenspiel in der Sporthalle	Leiterlenspiel
25	31.01.2023	Rahel	Dario	alle spielen miteinander	Freude am Spiel	Spielfestival

Lektionen unter:

www.mobilesport.ch

www.jugendundsport.ch