

Lehrplan 21

Zyklus 1 – Bewegung und Sport
Kathrin Meyer

Sport bleibt Sport

- NEU:

BS.5	Gleiten, Rollen, Fahren
1. Die Schülerinnen und Schüler können verantwortungsbewusst auf verschiedenen Unterlagen gleiten, rollen und fahren.	Querverweise BNE - Gesundheit EZ - Körper, Gesundheit und Motorik [1]

Mögliches Vorgehen

- EAG
- GAG
- LLL

Mögliches Vorgehen

1. Themenwahl

1. Kompetenzorientierte Jahresplanung 1.-3. Schuljahr
<http://www.schule.sh.ch/index.php?id=10925>

2. Welche Fertigkeiten / Fähigkeiten?

Schnell laufen

1 ○	1a	» können schnell laufen (z.B. Fangspiele, auf ein Signal weglaufen).
	1b	» können auf den Fussballen schnell laufen.
	1c	» können aus verschiedenen Positionen schnell starten und eine kurze Strecke maximal schnell laufen.

Mit einem Bein abspringen und mit beiden Beinen landen

		<i>Weit Springen</i>	
BS.1.B.1		Die Schülerinnen und Schüler ?	
1 ○	2a	» können einbeinig und beidbeinig in die Weite springen.	
	2b	» können mit Anlauf mit dem rechten und linken Bein abspringen (z.B. über einen Graben).	

Gleichgewicht halten (Landung)

Balancieren

BS.2.A.1

Die Schülerinnen und Schüler ?

1

1a » können auf einer schmalen Unterlage balancieren (z.B. über Langbank gehen).

1b » können auf einer schmalen Unterlage auf verschiedene Arten balancieren (z.B. rückwärts, seitwärts, mit Drehung).

1c » können auf labilen Geräten balancieren (z.B. Stelzen, Wippe, Balancebrett, Pedalo).

Springen, Stützen und Klettern

BS.2.A.1

Die Schülerinnen und Schüler ?

1

4a » können sich stützend und hangelnd an Geräten bewegen.

4b » können kontrolliert niederspringen.

4c » können beidbeinig vom Sprunggerät (z.B. Reutherbrett, Minitrampolin) abspringen und kontrolliert landen.

4d » können verschiedene Hindernisse in einer Folge stützend und kletternd bewältigen (z.B. Barren, Bock, Sprossenwand, Kasten).

Weiteres Beispiel

- Handstand im Bezug zum Lehrplan 21

[https://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2015/08/Handstand zum Handstand%C3%BCberschlag d.pdf](https://www.mobilesport.ch/wp-content/uploads/2015/08/Handstand_zum_Handstand%C3%BCberschlag_d.pdf)