

Sportunterricht mit Abstand: Lektion Zyklus 1 – Farbiger Sportunterricht

Sonnenstrahlen und wärmere Temperaturen locken nach draussen. Mit geringem Aufwand zaubern Sie eine farbenfrohe, attraktive Sportlektion. Sie benötigen dazu nur einen Pausen platz, ein Päckchen Strassenkreiden und los geht's!



Download: [Lektion – Farbiger Sportunterricht](#) (pdf)

Rahmenbedingungen

- Dauer: 90 Min.
- Alter: ab 4 Jahren
- Schulstufe: Zyklus 1
- Lernstufe: Erwerben

Lernziele

Unter dem Motto «Lachen, Lernen und Leisten» beinhaltet diese Lektion viele verschiedene Aspekte:

- Die Schüler/innen haben Spass an einer kindergerechte und vielseitigen Sportlektion, mit Kreiden, Farben, Formen, Metaphern, Spielen und Geschichten. Sie dürfen selber auch kreativ werden!
- Die Schüler/innen leisten, indem sie u.a. die Bewegungsgrundformen «Laufen und Springen». trainieren. Zudem wird das Herz-Kreislaufsystem angeregt, Schnelligkeit und Geschicklichkeit trainiert und durch Hüpfformen die Knochen gestärkt
- Die Schüler/innen können sich Farben und Formen merken und wiedergeben. In Bewegung rechnen und trainieren sie ihre Aufmerksamkeit und ihre kognitiven Fähigkeiten.
- Die Schüler/innen werden in das Zeichnen der Spiele miteinbezogen und lernen dadurch Verantwortung zu übernehmen und in der Klasse und in den Gruppen zu kooperieren.

Bemerkung: Falls Sie das eine oder andere Spiel länger als bis zum nächsten Regen einsetzen möchten, so

können die Schüler/innen z. B. im Rahmen einer Projektwoche die Spiele mit wasserfester Farbe auf den Pausenplatz malen.

Quelle: Daniela Brönnimann, Patricia Steinmann



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO