

Handstandüberschlag: Der Bezug zum Lehrplan 21

Wagnis und Verantwortung	
Die Schülerinnen und Schüler ...	
1	5a » können Wagnissituationen wahrnehmen und Emotionen benennen (z.B. Freude, Angst).
	5b » können Wagnissituationen unter Anleitung reflektieren (z.B. Risiko einschätzen).
2	5c » können sich in Wagnissituationen realistisch einschätzen.
	5d » können in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln.
3	5e » können den anderen und sich selbst gegenüber verantwortungsbewusst handeln.

Klicken zum Vergrössern.

Körperspannung	
Die Schülerinnen und Schüler ...	
1	2a » können den Körper als schlaff und gespannt wahrnehmen (z.B. Marionette).
	2b » können den Körper in statischen Posen anspannen (z.B. Brett am Boden).
2	2c » können die Kernmuskeln (C-, C-, C-) in Bewegung gezielt anwenden (z.B. beim Schaukeln an den Dragen, Streckspannung).
	2d » können den Körper in Bewegungsabläufen im richtigen Moment anspannen und entspannen.

tion id="attachment_89899" align="alignright" width="540"] Klicken zum Vergrössern.

Helfen, Sichern und Kooperieren

Kompetenz laut LP 21: Die Schülerinnen und Schüler können Grundbewegungen wie Balancieren, Rollen-Drehen, Schaukeln-Schwingen, Springen, Stützen und Klettern verantwortungsbewusst ausführen. Sie kennen Qualitätsmerkmale und können einander helfen und sichern.

Wagnis und Verantwortung

Helfen, Sichern und Kooperieren	
Die Schülerinnen und Schüler ...	
1	6a » können einander führen (z.B. mit taktilem, akustischen, visuellen Signalen).
	6b » können einander korrekt und sicher tragen.
	6c » können Geräte benennen, korrekt transportieren und nach Plan aufbauen.
2	6d » können sich bei Bewegungsaufgaben helfen und sichern (z.B. Handstand, Partner- und Gruppenübungen).
	6e » können Hilfgestelle und Sicherheitsmassnahmen situationsgerecht anwenden.
3	6f » können Bewegungsabläufe an Gerätekombinationen in der Gruppe gestalten und präsentieren.

Kompetenz laut LP 21: Die Schülerinnen und Schüler können Grundbewegungen wie Balancieren, Rollen-Drehen, Schaukeln-Schwingen, Springen, Stützen und Klettern verantwortungsbewusst ausführen. Sie kennen Qualitätsmerkmale und können einander helfen und sichern.

Klicken zum Vergrössern.

Quelle: Irène Schluep, Dozentin für Bewegung und Sport, PH St. Gallen



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO