

# Sportunterricht mit Abstand: Lektion Zyklus 3, Sek. II – Biathlon, Tetrathlon, Polyathlon & Co.

Athlon kommt aus dem griechischen und heisst Sportkampf oder Wettkampf. In dieser Lektion stellen wir Ihnen Unterrichtsideen vor, die sich auf vielfältige Art und Weise variieren und den jeweiligen Klassen oder Sportumgebung anpassen lassen. Bei den vorliegenden Formen gelten allfällig herrschende Schutzmassnahmen infolge Corona-Pandemie. Die Ideen können aber auch problemlos für den Massnahmenbefreiten Sportunterricht genutzt werden.



Download: [Lektion – Biathlon, Tetrathlon, Polyathlon & Co. \(pdf\)](#)

## Rahmenbedingungen

- Dauer: 90 Min.
- Schulstufe: Zyklus 3 und Sek. II
- Lernstufe: Anwenden

## Lernziele

Die nachfolgend vorgestellten Sportkampfformen bilden einen methodischen Rahmen, welcher variabel und

zielgruppenorientiert je nach gewählten Lernzielen ausgestattet werden kann.

Für die vorliegende Lektion gelten folgende Lernziele:

- Die Schüler/innen können ausdauernd laufend und dabei polysportive Aufgaben lösen.
- Die Schüler/innen kennen Wettkampfformen deren Namen aus den griechischen Zahlen/Zahlwörtern abgeleitet wurde. (Biathlon, Triathlon, Tetrathlon, Pentathlon, Hexathlon, Heptathlon, Decathlon, ... (Siehe Ausklang der Lektion).
- Die Schüler/innen sind motiviert durch dieses polysportive und wettkampforientierte Ausdauertraining.

**Bemerkung:** Die Lektion findet, wenn immer möglich, draussen statt.

---

Quelle: Daniela Brönnimann, Patricia Steinmann



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Bundesamt für Sport BASPO**