

**Bewegt durchs Jahr – Jahresplanung für den Kindergarten**  
**Zweites Quartal (Herbst – Winter)**

Woche	Handlungsaspekt	Kompetenzstufe (Schwerpunkt)	Entwicklungs- orientierter Zugang (EZ) / Pädagogische Perspektive (PP)	Mögliche Inhalte  <u>Lernaufgaben</u>	Mögliche Anwendungssituation / Lernzielkontrolle  <u>Minimalstandard des Sportamts ZH (L1)</u>	Bewegungs- sequenzen im Schulalltag (tägl. 20 Min. einplanen) / Waldmorgen
8 - 11	Darstellen und Tanzen  Werfen  Sportspiele	BS.3.B.1 ... können einen Gegenstand entsprechend seinen Eigenschaften bewegen  BS.1.C.1 ... können Gegenstände mit der rechten und linken Hand in die Weite werfen  BS.4.B.1 ... können den Ball oder das Spielobjekt führen	Körper, Gesundheit und Motorik  Sprache und Kommunikation  Eigenständigkeit und soziales Handeln  PP Eindruck, Leistung, Miteinander	Ballfertigkeiten aufbauen wie Ball tragen, rollen, werfen, zielen: Haselnuss fängt Baumnuss, Nussuhr, schnelle Nuss, Wurfhülle (Unterrichtsvorhaben «Fang die Nuss»)  Bewegungskunststücke (Ball- künstler)  <u>Eimer füllen</u>  <u>Zauberkugeltransport</u>  Reflexionsgespräche zur Regulation der eigenen Emotionen im Spiel	<u>Ball tragen L1</u>  <u>Ball Basics L1</u>  Feld freihalten, Kasten leeren, Raben füttern (Unterrichtsvorhaben «Fang die Nuss»)	Kunststücke mit dem Ball Wurfstationen

		BS.4.B.1 ... können aus dem Stand ein Ziel treffen		<b>Organisationsformen:</b> Offener Einstieg, Vor-Nachmachen, Input mit der Hälfte der Kinder während die anderen Kinder selbständig spielen		
12 - 16	Grundbewegungen an Geräten  Springen	BS.2.A.1 ... können auf einer schiefen und geraden Ebene rollen und drehen  BS.2.A.1 ... können eine Rolle vorwärts ausführen  BS.1.B.1 ... können rhythmisch hüpfen	Körper, Gesundheit und Motorik  Wahrnehmung Räumliche Orientierung  Eigenständigkeit und soziales Handeln  PP Eindruck, Wagnis, Gesundheit	Weitere Grossgeräte in Kombination mit bekannten einführen (16er Matten und Weichbodenmatte, Stufenbarren) Mattenrolle (Mut tut gut, Karte 24)  Schiefe Ebene (Mut tut gut, Karten 26, 27)  <u>Es rollt und dreht – aber wie?</u>  Rollen aus Grätschposition oder von schräger Langbank (bewegt und selbstsicher, Karten 69, 73)  Aufrollen aus Wippen (Mut tut gut, Karte 29)  Abrollen von erhöhter Lage (bewegt und selbstsicher, Karte 80) Purzelbaum auf gerader Ebene	Baumstammrollen (bewegt und selbstsicher, Karte 65)  Aus Bauchlage abrollen (bewegt und selbstsicher, Karte 69)  Überprüfen der Bewegungsmerkmale: aus dem Wippen aufrollen auf schräge Matte (bewegt und selbstsicher, Karte 77)  <u>Rotation L1</u>	Rollen auf Matratze, Wiesenhügel etc.  Reifen- oder Kreideweg hüpfen  Springen mit Seil oder Gummitwist

				<p>Springen über das Seil (Mut tut gut, Karte 79)</p> <p><b>Organisationsformen:</b> Input mit der Hälfte der Kinder während die anderen Kinder selbständig spielen, Rundlauf oder Postenlauf (geleiteter Wechsel, freier Wechsel, mit Würfeln)</p>		
Weihnachtsferien						

## Kompetenzraster des Kompetenzzentrums für Schulsport der Stadt Zürich

Legende Kompetenzbereiche:

Laufen, Springen, Werfen; Bewegen an Geräten; Darstellen und Tanzen; Spielen; Gleiten, Rollen, Fahren

### Minimalstandards des Sportamtes Zürich für das 1. und 2. Kindergartenjahr (MS)

Level 1	Sportkultur	Spielkultur	Gesundheitskultur	Ausdruckskultur
<p>1. KG <b>Standortbestimmung</b> Kompetenz</p> <p><b>Praxisbeispiel</b> Kerninhalt</p>	<p><b>Klettern L1</b> Sicher und vielseitig klettern können.</p> <p><b>Koordination &amp; Co. L1</b> Kletterfähigkeiten erwerben.</p>	<p><b>Ball tragen L1</b> Einen Ball halten und tragen können.</p> <p><b>Ball Basics L1</b> Spielmaterial vielseitig anwenden.</p>	<p><b>Balance L1</b> Das Gleichgewicht halten können.</p> <p><b>Gleichgewicht L1</b> Vielseitig balancieren.</p>	<p><b>Bewegung zu Musik L1</b> Sich der Musik angepasst bewegen können.</p> <p><b>Pantomime L1</b> Charaktere darstellen.</p>
<p>2. KG <b>Standortbestimmung</b> Kompetenz</p> <p><b>Praxisbeispiel</b> Kerninhalt</p>	<p><b>Rotation L1</b> Vielseitige Rotationen vorwärts ausführen können.</p> <p><b>Rollen L1</b> Drehen und rollen vorwärts.</p>	<p><b>Treffen L1</b> Über eine angemessene Treffsicherheit verfügen.</p> <p><b>Bälle rollen L1</b> Geradeaus rollen und Ziele treffen.</p>	<p><b>Orientierung L1</b> Sich im Raum zurechtfinden können.</p> <p><b>Wahrnehmung L1</b> Signale aufnehmen und verarbeiten.</p>	<p><b>Körperteile L1</b> Den eigenen Körper spüren können.</p> <p><b>Körperwahrnehmung L1</b> Körperteile kennen und unterscheiden.</p>

## Verwendete Lehrmittel und Webseiten

- Baumann, Hansruedi. 2012. *Mut tut gut!/: bewegen, riskieren, erleben auf der Basisstufe*. Bern: SVSS.
- Baumberger, Jürg und Urs Müller. 2011. *Bewegungskünstlerin und Bewegungskünstler: ein Lehrmittel für das 1. bis 4. Schuljahr*. Horgen: bm-sportverlag.
- Baumberger, Jürg und Urs Müller. 2012. *Ballkünstler: ein Lehrmittel für das 1. bis 4. Schuljahr*. Horgen: bm-sportverlag.
- Baumberger, Jürg, Urs Müller und Sonja Lienert. 2009. *Basistests: Polysportive Grundausbildung für Kinder von 5 bis 10 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.
- Beermann et al. 1996. *Tänze für 1001 Nacht*. Münster: Utopia Verlag.
- ESK Eidg. Sportkommission. 2003. *Lehrmittel Sporterziehung Band 1, 2 und 3*. Bern: EDMZ.
- Gautschi, Roland und Susanne Steiger. 2022. *Fang die Nuss*. Zürich: PHZH, LMV.
- Huber, Luzia und Susanne Steiger. 2019. *Unterwegs als Faultiere. Unterrichtsvorhaben für den Kindergarten*. Zürich: Lehrmittelverlag Zürich.
- Huber, Luzia, Sonja Lienert, Urs Müller und Jürg Baumberger. 2014. *Top-Bewegungsspiele. Band 1: für Kinder ab 5 Jahren*. Horgen: bm-sportverlag.
- Kurath, Monika. 2012. *Kämpfen und Fallen*. In: *mobilesport.ch 2/2012*, 1–24. Magglingen: Bundesamt für Sport.
- Lienert Sonja. 2017. *Gleiten, Rollen, Fahren. Unterrichtsvorhaben für die 2. Klasse*. Zürich: Lehrmittelverlag Zürich.
- Lienert, Sonja, Judith Sägesser und Heidi Spiess. 2010. *bewegt und selbstsicher: Psychomotorik und Bewegungsförderung in der Eingangsstufe*. Bern: Schulverlagplus.

[www.sportunterricht.ch](http://www.sportunterricht.ch)

[www.mobilesport.ch](http://www.mobilesport.ch)

[Lernaufgaben zur Bewegungsförderung in der Kindheit | PHZH](#)

[Kompetenzzentrum für Schulsport der Stadt Zürich](#)

## Literaturverzeichnis

---

Bundesgesetz über die Förderung von Sport und Bewegung (17. Juni / 2011).

D-EDK. (2017). *Lehrplan 21*. <https://zh.lehrplan.ch/>