

1.- 3. SJ: Kompetenzorientierte Jahresplanungen

Die vorliegenden Beispiele von Jahresplanungen basieren auf der Stoffplanung (vgl. S. 3/4).

Den Schwerpunktthemen sind andere Themen als Abwechslung zugeordnet (vgl. Bro 1, Band 4, S. 13).

Die aufgeführten Testübungen sind unter www.qims.ch verfügbar. Je nach Ausarbeitung einer Unterrichtseinheit können auch andere Testübungen bestimmt werden (vgl. Stoffplanung).

Bezüge zum Lehrmittel Sporterziehung und weiterführenden Lehrmitteln (= LM, vgl. Literaturliste, S. 5) zeigen Grundlagen zur Planung und Durchführung der Unterrichtseinheiten.

Unter Abwechslung ist in jedem Quartal ein spezieller Anlass aufgeführt.

Übergeordnete Kompetenzen

Folgende Kompetenzen werden immer wieder in den Sportlektionen berücksichtigt und erstrecken sich über die gesamte Zeit des 1. bis 3. Schuljahres:

Woche	Bereich	Kompetenz	Inhalte	Testübung(en)	
	Gesundheit	Sich täglich vielseitig bewegen und die positiven Auswirkungen erkennen.	Bro 7/3, S. 5–8 Lehrmittel Bewegungspausen, Bewegte Schule www.schulebewegt.ch	<i>T Bewegungstagebuch</i> <i>T Tägliche Bewegung</i> (Tests nur 2./3. Klasse)	
	Kraft/Haltung	Über eine Rumpfstabilität verfügen, die ein sicheres Sporttreiben und vielfältiges Bewegen im Alltag ermöglicht.	Bro 2/3, S. 10–16 Bro 3/3, S. 9–15 Lehrmittel Bewegungspausen, Aufwärmen, Sportlektionen abrunden	<i>T Liegestütz vorlings</i> <i>T Bänklispringen</i> <i>T Hasensprung</i> <i>T Wandhandstand gehockt</i> <i>T Spezialliegestütz</i> (Tests nur 2./3. Klasse)	
	Ausdauerbelastung	Den Körper über längere Zeit belasten können.	Bro 4/3, S. 13–14, 25–27 Bro 6/3, S. 11, 13 Lehrmittel Basistests, S. 33, 47	<i>T Laufspiel</i> <i>T Dauerlauf: 8 Minuten</i>	

Schwimmen

1. Schuljahr

		Schwimmen	Inhalte	Testübung(en)	
	Schwimmen	Über Grundlagen für das Schwimmen verfügen.	LM SchwimmWelt www.swimsports.ch	Wassergewöhnung	

2. Schuljahr

		Schwimmen	Inhalte	Testübung(en)	
	Schwimmen	Über Grundlagen für das Schwimmen verfügen.	LM SchwimmWelt www.swimsports.ch	<i>T Armantrieb</i> <i>T Wechselbeinschlag</i> <i>T Schrauben-Schwimmen</i> <i>T Pedalo</i>	

3. Schuljahr

		Schwimmen	Inhalte	Testübung(en)	
	Schwimmen	Über Grundlagen für das Schwimmen verfügen.	LM SchwimmWelt www.swimsports.ch	<i>T Wasser-Sicherheits-Check</i>	

1. Schuljahr

Woche	Bereich	Kompetenz = Schwerpunkt	Inhalte	Testübung(en)	Abwechslung
34 35 36 37	Schnelligkeit	Über eine altersgemässe Reaktions- und Aktionsschnelligkeit verfügen.	Fang- und Laufspiele, Bro 4/3, S. 5–12 Lehrmittel Top-Spiele, Band 2, S. 17–40	<i>T Foto in Wirklichkeit finden</i>	Orientieren im Freien: Bro 6/3, S. 3, 8 Basistests, S. 32
38 39 40	Rhythmisch Springen	In verschiedenen Situationen rhythmisch springen können.	Bro 2/3, S. 20 Bro 4/3, S. 11/12 Bro 3/3, S. 12 Seil: Lehrmittel Bewegungskünstler	<i>T Springseil</i>	Wahrnehmen und bewegen: Bro 2/4, S. 7–10 Wanderung
		Herbstferien			
43 44 45	Gleichgewicht	Den Körper auf und mit Geräten im Gleichgewicht halten können.	Bro 3/3, S. 4–5 Bro 2/3, S. 16 Lehrmittel Mut tut gut, Bewegungskünstler	<i>T Schmale Brücke</i> <i>T Gleichgewicht</i>	So spielten unsere Eltern: Bro 5/3, S. 31/32
46 47 48	Spielen mit Ball: Werfen, fangen	Über Grundfertigkeiten des Spielens mit Ball verfügen: Werfen, fangen.	Bro 5/3, S. 12–16 Bro 3/4, S. 22–24 Lehrmittel Basistests, S. 30/31, Ballkünstler	<i>T Werfen und fangen alleine</i> <i>T «Zehnerlei» allein</i> <i>T Zu zweit mit einem Ball</i> <i>T Zehnerwurf</i>	Wahrnehmen und bewegen: Bro 2/4, S. 13/14 Top-Spiele, Band 1, S. 27–44
49 50 51	Drehen	Vielseitige Rotationen ausführen können.	Bro 3/3, S. 18/19 Lehrmittel Mut tut gut	<i>T Rolle vorwärts</i> <i>T Rolle rückwärts in Gasse</i>	Ausflug in den Wald oder Schlitten
		Weihnachtsferien			
2 3 4 5 6	Klettern	An Geräten vielseitig klettern können.	Bro 3/3, 14/15 Lehrmittel Basistests, S. 26/27, Mut tut gut, Bewegungskünstler	<i>T Sprossenwand</i> <i>T Sprossenwand übersteigen</i> <i>T Sprossenwand bezwingen</i> <i>T Sprossenwand einhändig bezw.</i>	Eislaufen (3–4mal je 1 Nachmittag)
		Sportferien			
9 10 11 12	Körperausdruck	Sich pantomimisch ausdrücken und Bewegungen weiter entwickeln können.	Bro 2/3, S. 22–26 Bro 4/3, S. 7/8 Lehrmittel Basistests, S. 24/25, Top-Spiele, Band 1, S. 17–26	<i>T Tiere darstellen</i> <i>T Tiergeschichte</i> <i>T Märchen darstellen</i>	Schaukeln und Schwingen: Bro 3/3, S. 23/24 Lehrmittel Mut tut gut
19 20 21 22	Spielen mit Ball: Führen	Über Grundfertigkeiten des Spielens mit Ball verfügen: Führen.	Bro 5/3, S. 9–11, 18–22 Lehrmittel Basistests, S. 30/31, Ballkünstler	<i>T Prellstrecke</i> <i>T Prellparcours</i> <i>T Dribbling mit Ball am Fuss</i>	Ausdauernd laufen: Bro 4/3, S. 13/14 Basis-tests, S. 33, Top-Spiele, Band 2, S. 33–40
		Frühlingsferien			
13 14 15 16	Stützen	Das Körpergewicht an verschiedenen Geräten stützen können.	Bro 3/3, S. 9, 10 Werkstatt 1x1 der Reckakrobatik	<i>T Reckstütz</i> <i>T Recksitz</i> <i>T Reck überspreizen</i> <i>T Laufspiel</i>	Spielen mit Chiffontüchern und andern Kleingeräten: Bro 5/3, S. 4/5 Top-Spiele, Band 1, S. 101–112
23 24 25 26 28	Spielen	Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.	Linienball, Brennball-spiele: Bro 5/3, S. 26–27, 30 Lehrmittel Top-Spiele, Band 2, S. 59–72, Spielen lernen	keine Tests zum Spielen	Vorbereitung Sporttag Sporttag
		Sommerferien			

2. Schuljahr

Woche	Bereich	Kompetenz = Schwerpunkt	Inhalte	Testübung(en)	Abwechslung
34 35 36	Schnelligkeit	Über eine altersgemässe Reaktions- und Aktionsschnelligkeit verfügen.	Bro 4/3, S. 5–12 LM Top-Spiele, Band 2, S. 17–40	<i>T Reaktionstest</i> <i>T Schnellstart</i>	Orientieren im Freien: Bro 6/3, S. 3–6, 10/11
37 38 39 40	Rhythmisch Springen	In verschiedenen Situationen rhythmisch springen können.	Bro 4/3, S. 16–17 Lehrmittel Basis-tests, S. 28/29 Seil: Lehrmittel Bewegungskünstler, Bro 2/3, S. 20	<i>T Springseil</i> <i>T Gummitwistfolge</i> <i>T Reifenspringen</i>	Wahrnehmen und Bewegen: Bro 2/4, S. 13/14, Top-Spiele, Band 2, S. 99–110 Wanderung
		Herbstferien			
43 44 45	Spiele mit Ball: Werfen, fangen Spielen	Über Grundfertigkeiten des Spielens mit dem Ball verfügen: Werfen, fangen Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.	Bro 5/4, S. 11, 18 Bro 5/3, S. 30 Lehrmittel Basis-tests, S. 31, 44/45, Top-Spiele, Band 2, S. 59–72	<i>T vgl. Stoffplanung, S. 4</i> <i>T Reifenball</i> <i>T Linienball</i>	Stützen: Bro 3/3, S. 12, 13
46 47 48	Gleichgewicht	Den Körper auf und mit Geräten im Gleichgewicht halten können.	Bro 3/3, S. 7/8 Lehrmittel Basis-tests, S. 40/41, Bewegungskünstler	<i>T Schwankende Rampe</i> <i>T Pedalo</i> <i>T Augen zu</i>	Fussball- und Hockeyspiele Bro 5/3, S. 19-27 Top-Spiele, Band 2, S. 59-72
49 50 51	Drehen	Vielseitige Rotationen ausführen können.	Bro 3/3, S. 20–22	<i>T Abschwingen</i> <i>T Schiefe Ebene</i> <i>T Rolle vorwärts mit Physioball</i> <i>T Zahnrad</i>	Spielobjekte kennen lernen: Bro 5/3, S. 6 (Speckbrett) Spielturnier
		Weihnachtsferien			
2 3 4 5 6	Klettern	An Geräten vielseitig klettern können.	Lehrmittel Bewegungskünstler	<i>T Hängebrücke</i> <i>T Routenklettern</i> <i>T Barrenlandschaft</i>	Körperausdruck: Sportarten und Berufe darstellen: Bro 2/4, S. 22, 24 Eislaufen (3-4mal je 1 Nachmittag)
		Sportferien			
9 10 11 12	Körperausdruck Rhythmisch bewegen	Sich pantomimisch ausdrücken und Bewegungen weiter entwickeln können. Sich in einer Bewegungsfolge rhythmisch bewegen können.	Bro 2/3, S. 19, 28/29, 30 Lehrmittel Basis-tests, S. 24/25	<i>T Sportarten darst.</i> <i>T Berufe/Tätigkeiten darstellen</i> <i>T Elefanten-Rhythm.</i> <i>T Elefantentanz</i>	Kämpfen: Bro 3/3, S. 27/28
13 14 15 16	Schaukeln, Schwingen	An Geräten vielseitig Schaukeln und Schwingen können.	Bro 3/3, S. 23–24	<i>T Schwingen und Schaukeln</i> <i>T Verkehrte Welt</i> <i>T Schaukeln an den Ringen</i>	Spiele: Top-Spiele, Band 2, Spielen lernen
		Frühlingsferien			
19 20 21 22 23	Spiele mit Ball: Führen Spiele mit Ball	Über Grundfertigkeiten des Spielens mit dem Ball verfügen: Werfen, fangen Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.	Fussball- und Hockeyspiele: Bro 5/3, S. 19–22 LM Top-Spiele, Band 2, S. 59–72, Spielen lernen	<i>T vgl. Stoffplanung, S. 4</i> <i>T Reifenball</i> <i>T Linienball</i>	Ausdauernd laufen: Bro 4/3, S. 13/14 <i>T Laufspiel</i> <i>T Dauerlauf: 8 Minuten</i>
24 25 26 27 28	Orientierung im Freien	Sich im Freien orientieren können.	Bro 6/3, S. 3–6, 10/11 Lehrmittel Basis-tests, S. 32	<i>T Schulhausarealplan</i> <i>T Fotos zu Posten auf Karte zuordnen</i> <i>T Postensuche</i>	Werfen: Bro 4/3, S. 24 Top-Spiele, Band 2, S. 77–82 Sporttag
		Sommerferien			

3. Schuljahr

Woche	Bereich	Kompetenz = Schwerpunkt	Inhalte	Testübung(en)	Abwechslung
34 35 36 37	Schnelligkeit	Über eine altersgemässe Reaktions- und Aktionsschnelligkeit verfügen.	Bro 4/3, S. 5–12 Lehrmittel Top-Spiele, Band 2, S. 17–40	<i>T Reaktionstest</i> <i>T Schnellstart</i>	Umgebung und Wald: Bro 6/3, S. 7/13, 14/15 Top-Spiele, Band 2, S. 83–90
38 39 40	Rhythmisch Springen	In verschiedenen Situationen rhythmisch springen können.	Bro 4/3, S. 16–19 Seil: Lehrmittel Bewegungskünstler	<i>T Springseil</i> <i>T Gummitwistfolge</i> <i>T Reifenspringen</i>	Orientierungslauf
		Herbstferien			
43 44 45 46	Spielen	Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.	Bro 5/4, S. 11, 18 Bro 5/3, S. 30 Top-Spiele, Band 2, S. 59–72	<i>T Reifenball</i> <i>T Linienball</i>	Spielturnier
46 47 48	Gleichgewicht	Den Körper auf und mit Geräten im Gleichgewicht halten können.	Bro 3/3, S. 7/8 Lehrmittel Bewegungskünstler, Basistests, S. 40–41	<i>T Pedalo</i> <i>T Augen zu</i> <i>T Medizinball</i>	Ausdauer: Bro 4/4, S. 13/14 <i>T Laufspiel</i> <i>T Dauerlauf: 8 Minuten</i>
49 50 51	Schaukeln, Schwingen	An Geräten vielseitig Schaukeln und Schwingen können.	Bro 3/3, S. 23–24	<i>T Synchronschaukeln</i>	Kleine Wettkämpfe: Bro 3/3, S. 30/31 Top-Spiele, Band 2, S. 41–53
		Weihnachtsferien			
2 3 4 5 6	Körperausdruck Rhythmisch bewegen	Sich pantomimisch ausdrücken und Bewegungen weiter entwickeln können. Sich in einer Bewegungsfolge rhythmisch bewegen können.	z.B. Vom Break-Mixer zum Hip-Hop, Bro 2/3, S. 30, Wilder Westen, Bro 2/3, S. 25 bm-sportverlag.ch; Download >Ideen zur Musik-CD	<i>T Wilder Westen</i> <i>T Elefantentanz erweitern</i> <i>T Tanz erweitern</i>	Rückschlagspiele: Bro 5/3, S. 6/7, 38/39 Schnurball: Bro 5/4, S. 16
		Sportferien			
9 10 11 12	Stützen	Das Körpergewicht an verschiedenen Geräten stützen können.	Bro 3/3, S.9–13	<i>T Reckstütz</i> <i>T Recksitz</i> <i>T Reck überspringen</i>	Mit Volleybrettern spielen: Bro 5/3, S. 38/39 Top-Spiele, Band 2, Spielen lernen Wintersporttag
13 14 15 16	Drehen	Vielseitige Rotationen ausführen können.	Bro 3/3, S. 19–22, 29	<i>T Rad</i> <i>T Hüftaufschwung</i> <i>T Rolle rückwärts</i>	Zirkusvorführung «Turnen an und mit Geräten»
		Frühlingsferien			
19 20 21 22 23	Springen, Werfen	Einbeiniges Abspringen zielgerichtet anwenden. Links und rechts werfen können.	Bro 4/3, S. 18/19, 26/27 Top-Spiele, Band 2, S. 33, 37, 39, 40, 43, 55–57, 60–62, 77–82	<i>T Fotos zu Posten auf der Karte zuordnen</i> <i>T Schmetterling mit Fotos</i>	Orientierung im Freien: Bro 6/3, S. 10/11 Basistests, S. 46
24 25 26 27 28	Spielen mit Ball	Bewegungen, Regeln und taktische Verhaltensweisen eines Spiels verstehen und anwenden können.	Fussball- und Hockeyspiele: Bro 5/3, S. 18–22 Lehrmittel Fussball in der Schule	<i>T Reifenball</i> <i>T Linienball</i>	Sporttag
		Sommerferien			

Bezug der Datei als Word-Vorlage: www.bm-sportverlag.ch > Download > Kopiervorlagen > Kopiervorlagen zu den Unterrichtshilfen 1. bis 3. Klasse