Zeitschrift: Bündner Schulblatt = Bollettino scolastico grigione = Fegl scolastic grischun

Herausgeber: Lehrpersonen Graubünden

Band: 60 (2000-2001)

Heft: 5

Rubrik: Amtliches

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 14.12.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Blitzlichter aus dem neuen Lehrmittel

SPORTERZIEHUNG
EDUCATION PHYSIQUE
EDUCAZIONE FISICA
EDUCAZIUN FISICA

üben und leisten

etwas systematisch üben; sportliche Leistung erleben; Erwartungen erfüllen; Leistungsgrenzen erfahren und respektieren

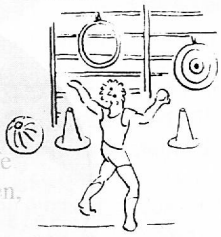
Kinder leisten gerne und wollen etwas können. Gezieltes Üben führt zu Fortschritten und trägt zur Stärkung des Selbstwertgefühls bei. Die eigenen Leistungsgrenzen zu erkennen, ist ein wichtiger Beitrag zu einer realistischen Selbsteinschätzung. Das Fördern der Leistungsbereitsschaft ist wichtig. Hilfreich sind das Festlegen von individuell angepassten Zielen und das Vergleichen mit sich selber.

Praxisbeispiel aus Band 4: 4.–6. Schuljahr

Laufen, Springen, Werfen

Wurfbude: Alle S haben einen Ball und werfen aus dem Volleyball-Feld auf Ziele an der Wand. Als Ziele dienen an er Sprossenwand aufgehängte Gymnastik- oder Fahrradreifen, Kastenteile, Kegel, Basketballbretter, mit Spielbändern markierte Felder der Gitterleiter, Zwischenräume von zwei Kletterstangen usw.

- Stationentraining (Wechsel nach 2 Minuten)
- «Wie viele Treffer traust du dir in 1 Minute zu?»



Praxisbeispiel aus Band 3: 1.–4. Schuljahr

Balancieren, Klettern, Drehen

Schamle Brücken: Miteinander verschiedene Brücken bauen: gerade, durchhängende, gewölbte, breite und schmale und diese «Schlucht» überqueren.

- Versucht wie ein Tier (Fuchs, Elefant ...) über die Brücke zu gehen.
- Spiel zwei Tiere die einander durch waghalsige Gangart imponieren wollen.
- (T)1.1: Auf den Fussballen, mit einem Medizinball auf dem Kopf, über die Schwebekannte gehen. Vorwärts bis in die Mitte, halbe Drehung und rw. gehen bis ans Kantenende. Gleiche Übung zurück.

(T) -Kriterien: Schwebekannte nicht verlassen, auf den Fussballen gehen, Blick nicht auf Langbank richten, medizinball immer mit Kopfkontakt.

LGR
Lehrpersonen Graubünden
Magistraglia Grischun, Insegnanti Grigioni

S&E

Beratung für persönliche und allgemeine Schulfragen

Martin Mathiuet, Casa de Mont, 7031 Laax,
Telefon 081 921 25 60