1 | Laufen, Springen, Werfen

A | Laufen

B | Springen

C | Werfen

2 | Bewegen an Geräten

3 | Darstellen und Tanzen

4 | Spielen

5 | Gleiten, Rollen, Fahren

6 | Bewegen im Wasser

B | Springen

BS.1.B | EZ | Laufen, Springen, Werfen

Handlungs-/Themenaspekt

Springen

Leitfragen

- Wie erlangt das Kind beim Springen eine Rhythmisierung?
  - Hüpft/springt es rhythmisch?
  - Hält es sein Gleichgewicht und die Körperspannung aufrecht?
  - Kann es kraftvoll abspringen und in den Knien abfedernd landen?

- Wie erreicht das Kind einen weiten Sprung?
  - Nimmt es schnell Anlauf?
  - Wie springt es ab (einbeinig r./l., beidbeinig)?
  - Verschiebt es den Körperschwerpunkt (Zeitpunkt/Richtung)?
  - Hält es sein Gleichgewicht und die Körperspannung aufrecht?
  - Setzt es die Arme schwungvoll ein?
  - Wirkt der Armeinsatz unterstützend?

- Wie erreicht das Kind einen hohen Sprung?
  - Wie springt es ab (einbeinig r./l., beidbeinig)?
  - Verschiebt es den Körperschwerpunkt (Zeitpunkt/Richtung)?
  - Hält es sein Gleichgewicht und die Körperspannung aufrecht?
  - Setzt es die Arme schwungvoll ein?
  - Wirkt der Armeinsatz unterstützend?

Beobachtungsmöglichkeiten

- Hüpfformen (z.B. Galopp, einbeinig, beidbeinig, Hampelmann)
- Himmel-und-Hölle-Spiel
- Über Hindernisse springen (Langbank, Matten, Reifen, Kastenteile, Medizinbälle)
- Gummitwist, Schwungseil, Springseil
- Bewegungsabfolge zu Musik

© Bildungs- und Kulturdirektion des Kantons Bern | Impressum