

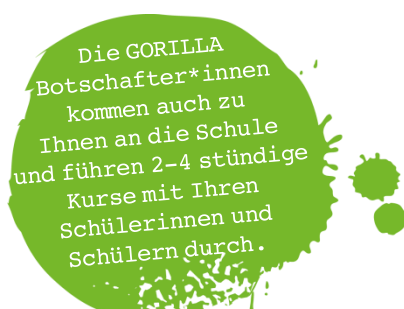
# BIKE TRAILS

## BEWEGUNG



<b>Schulstufe:</b>	3. Zyklus/Sek I
<b>Fachbereich:</b>	Bewegung und Sport
<b>Kompetenzbereich:</b>	BS.5. Gleiten, Rollen, Fahren
<b>Kompetenzen:</b>	<p>BS.5.1d Die SuS können sich auf einem Rollgerät situationsangepasst fortbewegen.</p> <p>BS.5.3f Die SuS können Gefahrensituationen beurteilen und angepasst handeln.</p> <p>BS.5.3g Die SuS können Strategien anwenden, um Gefahrensituationen zu vermeiden und wissen, wie sie im Notfall handeln.</p> <p>BS.5.3h Die SuS können der Natur, den anderen und sich selbst gegenüber verantwortungsbewusst handeln.</p> <p>BNE Gesundheit</p>
<b>Anzahl Lektionen:</b>	2 Doppellektionen à 90 Minuten
<b>Ort:</b>	Wald-, Landwege, Biketrail
<b>Material:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bikes</li> <li>• Schutzausrüstung</li> <li>• Smartphones/Tablets</li> <li>• GORILLA Info Lehrperson: <ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Bike Trails: Spiele und Übungen 1&amp;2</i></li> <li>- <i>Bike Trails: Sicherheit</i></li> </ul> </li> </ul>
<b>Lernmedien:</b>	<u><a href="#">GORILLA Lernvideos zu Biken</a></u>
<b>Unterrichtsthemen:</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bergauf fahren</li> <li>2. Hindernisse überwinden</li> <li>3. Linienwahl</li> <li>4. Kurven/Steilwand</li> <li>5. Hinterrad versetzen</li> <li>6. Steile Abfahrt</li> </ol>
<b>Trainingsorte:</b>	<p>Als Information für interessierte SuS:</p> <p><u><a href="http://www.swiss-cycling.ch">Nachwuchsförderung auf www.swiss-cycling.ch</a></u></p> <p><u><a href="http://www.swiss-cycling.ch">Clubfinder auf www.swiss-cycling.ch</a></u></p> <p><u><a href="http://www.swiss-cycling.ch">Regionalkader auf www.swiss-cycling.ch</a></u></p> <p><u><a href="http://www.zueritrails.ch">Nachwuchsförderung auf www.zueritrails.ch</a></u></p>

Alle Unterrichtsmaterialien unterstehen der [Creative Commons Lizenz BY-NC-SA](#): Sie dürfen die Unterlagen frei verwenden und abändern, sofern Sie die Unterlagen nur für nicht-kommerzielle Zwecke verwenden, diesen Hinweis sowie das GORILLA-Schulprogramm-Logo nicht entfernen und, falls Sie die Unterlagen weiterentwickeln, uns diese Weiterentwicklungen zustellen, damit wir Sie auch anderen zur Verfügung stellen können.



\*Bikehelme können im [Schtifti Onlineshop](#) bestellt werden.