

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

1. Klasse				
Verbindlich für alle			Nicht verbindlich (Ideenspeicher, Freiraum für LP, Mögl. der Differenzierung)	
Fertigkeiten und Fähigkeiten (aus RRL) 1. Klasse	Kenntnisse (aus RRL) 1. Klasse	Grundlegende Kompetenzen/ 1. Klasse Der Schüler/ die Schülerin kann ...	Erweiterte Kompetenzen/ 1. Klasse Der Schüler/ die Schülerin kann ...	Mögliche Inhalte bzw. Anregungen
Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung				
<ul style="list-style-type: none"> • Figuren im Stand und in Bewegung darstellen • Sich mit Körper, Bewegungen und Gesten ausdrücken und verständigen 	Körperteile, Bewegungsabläufe Nicht verbale Ausdrucksformen	<ul style="list-style-type: none"> • Körperteile beugen, schwingen, kreisen • Mit Bällen, Reifen, Seilen Tüchern und Zeitungen umgehen • Kann Bewegungsabläufe erfinden Befinden und Stimmungen ausdrücken • Imitationsübungen verstehen Sprache und Gestik verstehen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiegelübungen verstehen und korrekt ausführen • Balancieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmöglichkeiten des eigenen Körpers erkunden • Bewegungsmöglichkeiten mit versch. Gegenständen kennen lernen • Phantasie- und Nachahmungsspiele • Raumorientierungsspiele

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

Sportmotorische Grundqualifikationen				
Sich mit Körper, Bewegungen und Gesten ausdrücken und verständigen	Nicht verbale Ausdrucksformen	<ul style="list-style-type: none"> • Beidbeinig mehrmals hintereinander springen • Über einfache Hindernisse springen Sich zu Musik frei bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • Einbeinig mit links oder rechts springen • Ball oder Gegenstände werden, fangen • Auf ein Ziel werfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Lauftechniken (Dauerlauf, Sprintlauf, Hindernislauf, Staffellauf) • Sprungformen (einbeinig, beidbeinig) • Wurfformen (beidhändig über Kopf, Wurfspiele) • Häschenhüpfer, Galopp
Bewegungs- und Sportspiele				
Am Gemeinschaftsspiel teilnehmen und dabei Anleitungen und Regeln beachten	Spiele und ihre Regeln	Sich aktiv am Spiel beteiligen Anleitungen und Regeln beachten Rücksicht auf Mitschüler nehmen	Spielvariationen	<ul style="list-style-type: none"> • Durchführen der gängigsten Kinder- und Fangspiele • Vermitteln grundlegender Regeln und Spielideen • Ballspiele • Reaktionsspiele
Bewegung und Sport im Freien und im Wasser				
Die natürliche Umgebung erkunden und sich in ihr bewegen, ins Wasser eintauchen und sich tragen lassen	Formen der Bewegung		<ul style="list-style-type: none"> • Sich anschleichen und verstecken Sich in der nahen Umgebung orientieren • Bewegungsformen im Wasser ausprobieren • Angst vor Wasser überwinden 	<ul style="list-style-type: none"> • Umgebung als Spiel- und Bewegungsraum entdecken • Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten im Wasser

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

2./3. Klasse

Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung

<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe bezogen auf Raum, Zeit und Gleichgewicht ausführen und verändern • Durch Bewegung und Körpersprache Gefühle und Gedanken mitteilen und Situationen darstellen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungen, Körperhaltungen und Tänze • Ausdrucksformen der Bewegung und Körpersprache 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Bewegungsmöglichkeiten der Körperteile erproben: schnell, langsam, gleichzeitig, hintereinander • Sich unterschiedlich fortbewegen (laufen, springen, schleichen, klettern, balancieren) • Bewegungsmöglichkeiten mit verschiedenen Gegenständen ausprobieren (rollen, werfen) • Auf ein Signal (Farbkarten, rhythmische Instrumente...) Bewegungsaufgaben ausführen • Auf optische und akustische Impulse reagieren • Einfache Tänze imitieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Sich in Raum und Zeit orientieren, Entfernungen und Zeit schätzen • Komplexere Gleichgewichtsübungen beherrschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauer, Kraft, Gleichgewicht, Koordination, Schnelligkeit • Ausdrucksvermögen (Nachahmung, Improvisation) • Bewegungsreiche Sing- und Tanzspiele • Lauf- und Staffelspiele • Übungen mit Partner oder Geräten • Hindernisläufe
---	---	---	---	---

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

Sportmotorische Grundqualifikationen				
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungen mit und an Geräten erproben und koordiniert durchführen • Verschiedene Formen des Laufens, Werfens und Springens anwenden • Die eigenen sportmotorischen Fähigkeiten einschätzen und bewusst einsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsformen • Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken • Unfallrisiken und Vorbeugemaßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Einfache Turnübungen und Spiele mit Bällen, Reifen, Seilen usw. ausführen • Einen Hindernisparcour durchlaufen • Steigen, klettern, hängen, stützen, balancieren • Einen Dauerlauf und Sprintlauf durchführen • Ein- und beidbeinig springen, rhythmisch laufen • Mit Bällen oder Gegenständen auf Ziele und in die Weite werfen • Rücksicht nehmen und Spielregeln einhalten • Gefahrenquellen erkennen und durch Hinweise der Lehrperson einschätzen und sich korrekt verhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • An Stangen und an Tauen klettern • Seilspringen • Mit Kleingeräten umgehen • Sich an Großgeräten herantasten Rolle vorwärts, Kerze 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsformen mit Kleingeräten (Ball, Reifen, Seil) • Bewegungsformen an Großgeräten (Sprossenwand, Langbank, Kasten, Trampolin, Sprungbrett...) • Geschicklichkeit an Geräten • Lauftechniken • Sprungtechniken • Wurftechniken
Bewegungs- und Sportspiele				
<ul style="list-style-type: none"> • Sportspiele ausführen • Die Spielregeln einhalten, sich gegenseitig unterstützen und Rücksicht nehmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Elemente von Sportspielen • Bewegungs-, Wett- und Sportspiele, Verhaltensregeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Sich aktiv am Spiel beteiligen • Sich in der nahen Umgebung orientieren • Den Spielplatz als Bewegungsraum nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsformen im Wasser ausprobieren • Angst vor Wasser überwinden Eislaufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Wassergewöhnung • Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten im Wasser • Schwimmkurse

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

4./5. Klasse				
Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung				
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe und Körperhaltungen kombinieren, aufeinander abstimmen, variieren und koordiniert durchführen • Physiologische Veränderungen infolge von Bewegung und Sport beachten und Belastungen entsprechend anpassen 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinative Übungen Tänze • Atmung, Herzfrequenz, Muskeltonus 	<ul style="list-style-type: none"> • Einzel-, Partner- und Gruppenübungen zur Verbesserung der Körperhaltung durchführen • Bewegungsverbindungen schrittweise aufbauen • Richtige Hebe- und Tragetechnik einsetzen • Anspannungs- und Entspannungsübungen durchführen • Dehnungsübungen ausführen • Koordinative Übungen ausführen • Einfache Bodenübungen ausführen (Rolle vorwärts, Kerze...) 	<ul style="list-style-type: none"> • Musik in Bewegung umsetzen • Komplexere Bodenübungen ausführen (Rolle rückwärts, Rad, Kopfstand...) 	<ul style="list-style-type: none"> • Brain Gym Rückenschule Parcours Seitengalopp Stationenturnen • Verschiedene Spiele (z.B. Sanitätäterspiel...) • Kinderyogaübungen
Sportmotorische Grundqualifikationen				
Unterschiedliche Formen des Laufens, Werfens und Springens sportartspezifisch anwenden	Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken	<ul style="list-style-type: none"> • Läufe (Dauerlauf, Sprint, Staffel) durchführen • Verschiedene Wurfformen einsetzen • Verschiedene Sprungformen (beidbeinig, einbeinig, aus Stand, aus Hocke) ausführen 	<ul style="list-style-type: none"> • Hürdenlauf durchführen • Klettern • Badminton 	<ul style="list-style-type: none"> • Verschiedene Laufspiele Wurfspiele mit verschiedenen Geräten • Sprünge mit und ohne Hilfsmitteln (Trampolin und Sprungbrett)
Bewegungs- und Sportspiele				
<ul style="list-style-type: none"> • Sich in Sportspielen aktiv einbringen 	<ul style="list-style-type: none"> • Sportspiele und ihre Regeln • Regeln der Fairness 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiele mit und ohne Kleingeräten durchführen 	Grobform der Sportspiele erfassen	<ul style="list-style-type: none"> • Variationen von Ballspielen

Fachcurriculum - Sport und Bewegung

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

<ul style="list-style-type: none"> • Sich gegenseitig unterstützen und den Mitschülern fair begegnen 		<ul style="list-style-type: none"> • Spiele erklären und Regeln einhalten • Spiele mit abgeänderten Regeln durchführen Einfache Schiedsrichtertätigkeit übernehmen Auf andere Rücksicht nehmen • Verlieren und Toleranz üben • Verständnis zeigen und Teamfähigkeit entwickeln 		<ul style="list-style-type: none"> • Balltreiben, Jäger-, Partei-, Merk-, Völkerball • Fußball, Basketball, Volleyball, Handball • Mannschaftsspiele Sozial-kooperative Spiele Hallen hockey
Bewegung und Sport im Freien und im Wasser				
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe und Sportarten im Freien ausführen • Ins Wasser springen und schwimmen, im Wasser spielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungs- und Sportarten • Tauch- und Schwimmtechnik 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe im freien Gelände aus • Gleiten und treiben im Wasser • Unter Wasser Luftbläschen bilden • Mit und ohne Hilfsmittel schwimmen • Die richtige Atemtechnik • Grundlegende Bewegungsmuster des Brust-Schwimmens 	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Bewegungs-muster • der Schwimmstile (Rücken, Kraulschwimmen • Verschiedene Tauchtechniken • Flossenschwimmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Fahrrad, Einrad, Roller, Stelzen • Fitnessparcour • Orientierungs- und Hindernisläufe • Wintersport • Wasserball, Toter Mann • Wassergymnastik • Spiele im Wasser