

# **Schulinternes Fachcurriculum**

## *Sport*

der Stadtschule Travemünde

Stand: 09/2025

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                                      |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>BEDEUTUNG DES FACHES ZUR ALLGEMEINEN UND FACHLICHEN BILDUNG.....</b>              | <b>3</b>  |
| FESTSTELLUNG DER LERNAUSGANGSLAGE .....                                              | 3         |
| FÖRDERN UND FORDERN .....                                                            | 3         |
| LEISTUNGSBEWERTUNG .....                                                             | 3         |
| <b>ASPEKT «UNTERRICHT».....</b>                                                      | <b>4</b>  |
| 1. BEWEGUNGSFELD SPIELEN .....                                                       | 5         |
| 2. BEWEGUNGSFELD TURNEN .....                                                        | 6         |
| 3. BEWEGUNGSFELD LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN .....                                      | 7         |
| 4. BEWEGUNGSFELD SCHWIMMEN (WIRD NUR IN KLASSE 3 UNTERRICHTET, SIEHE SEITE 15) ..... | 8         |
| 5. BEWEGUNGSFELD RHYTHMISIEREN, GESTALTEN, TANZEN .....                              | 9         |
| 6. BEWEGUNGSFELD RAUFEN UND RINGEN .....                                             | 10        |
| 7. BEWEGUNGSFELD ROLLEN, GLEITEN, FAHREN .....                                       | 11        |
| <b>JAHRGANGSSTUFEN 3 UND 4 .....</b>                                                 | <b>12</b> |
| 1. BEWEGUNGSFELD SPIELEN .....                                                       | 12        |
| 2. BEWEGUNGSFELD TURNEN .....                                                        | 13        |
| 3. BEWEGUNGSFELD LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN .....                                      | 14        |
| 4. BEWEGUNGSFELD SCHWIMMEN (WIRD NUR IN KLASSENSTUFE 3 UNTERRICHTET) .....           | 15        |
| 5. BEWEGUNGSFELD RHYTHMISIEREN, GESTALTEN, TANZEN .....                              | 16        |
| 6. BEWEGUNGSFELD RAUFEN UND RINGEN .....                                             | 17        |
| 7. BEWEGUNGSFELD ROLLEN, GLEITEN, FAHREN .....                                       | 18        |
| <b>ASPEKT «FACHSPRACHE».....</b>                                                     | <b>19</b> |
| <b>ASPEKT «FÖRDERN UND FORDERN».....</b>                                             | <b>21</b> |
| <b>ASPEKT «HILFSMITTEL UND MEDIEN».....</b>                                          | <b>23</b> |
| <b>ÜBERBLICK SCHULINTERNER SPORT-BAUSTEINE.....</b>                                  | <b>23</b> |

# Bedeutung des Faches zur allgemeinen und fachlichen Bildung<sup>1</sup>

- Bewegung, Spiel und Sport als Mittel *individueller Entwicklungsförderung*
- Erschließung der *Bewegungs- und Sportkultur* durch den Sportunterricht
  - Doppelauftrag für Sportlehrkräfte: Umsetzung durch möglichst hohen Bewegungsumfang und hohe Bewegungsintensität
- Förderung personaler Identität in sozialer Verantwortung
- Entfaltungsmöglichkeiten der Geschlechterrollen im Sinne der Gleichstellung (koedukativ)
- SuS<sup>2</sup> werden individuell gefordert, gefördert und zu außerschulischen sowie zum lebenslangem Sporttreiben motiviert
- Zeitgemäßer Sportunterricht ist gegenüber Entwicklungen der aktuellen Bewegungs- und Sportkultur und Sportdidaktik sowie den Interessen der SuS offen und hält in ausgewogener Form am traditionellen Kernbereich fest
- Sportliches Handeln ermöglicht in besonderer Form das Erschließen der natürlichen Umwelt über alle Sinne und zielt über diese Form der individuellen Sensibilisierung auf die Wertschätzung und den langfristigen Erhalt der ökologischen Lebensgrundlagen ab
- Sportstunden sind eine aktive, medienfreie Bewegungszeit
- Potenziale zur Integration von Kindern mit Migrationshintergrund sowie Kindern mit Behinderung beziehungsweise sonderpädagogischem Förderbedarf werden bewusst genutzt

## Feststellung der Lernausgangslage

- Zu Beginn des neuen Schuljahres
- Motorische Beweglichkeit / Kraft / Koordination / Werfen / Fangen / Gleichgewicht

## Fördern und Fordern

- Differenzierungsmaßnahmen für alle SuS mit Bedarf an besonderer Unterstützung oder mit besonderer Begabung werden separat besprochen

## Leistungsbewertung

- Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen), sowohl Prozesse als auch Ergebnisse schulischen Lernens
- Leistungsbeurteilung findet regelmäßig im Rahmen einer Unterrichtseinheit statt

---

<sup>1</sup> 1 & 2 = jeweils 70 Unterrichtsstunden (2 Std. pro Halbjahr: 19 Wochen 1. Halbjahr / 20 Wochen 2. Halbjahr = 78 Unterrichtsstunden)

3 & 4 = jeweils 70 Unterrichtsstunden (2 Std. pro Halbjahr / 19 Wochen 1. Halbjahr/ 20 Wochen 2. Halbjahr = 78 Unterrichtsstunden)

<sup>2</sup> SuS steht als Abkürzung für Schülerinnen und Schüler und wird im Folgenden verwendet.

# Aspekt «Unterricht»

## Konkretisierungen

- jahrgangsstufenbezogene Schwerpunktsetzungen durch die Auswahl geeigneter Inhalte
- jahrgangsstufenbezogene Gewichtung der Kompetenzbereiche
- Konkretisierungen fachdidaktischer Prinzipien
- Konkretisierungen fachspezifischer Methoden
- Dauer und Umfang von Unterrichtseinheiten
- Einbeziehung außerunterrichtlicher Angebote und Projekte
- Beitrag des Faches zum Schulleben

## Eingangsphase

### 1. Bewegungsfeld Spielen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                                      | Fächerverbindendes<br>Lernen | Zeitraumen                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen unterschiedliche Spielmaterialien und können diese in Spielsituationen einsetzen</li> <li>- gestalten Spiele und entwickeln eigene Spielformen</li> <li>- spielen fair</li> <li>- sammeln Wurferfahrungen und beherrschen einfache Ballfertigkeiten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielformen mit unterschiedlichen Spielgeräten</li> <li>- Miteinander auf überschaubaren Spielfeldern in kleinen Mannschaften spielen</li> <li>- Einfache Spielregeln und Spielideen</li> <li>- Sportspielübergreifendes Lernen</li> </ul> <p>Kleine Spiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brückenticker</li> <li>• Tierticker</li> <li>• Feuer, Wasser, Erde</li> <li>• Fischer, Fischer ...</li> <li>• Chinesische Mauer</li> <li>• Kettenticker</li> <li>• Atomspiel</li> <li>• Zombiball</li> <li>• Zweierball</li> <li>• Hase und Jäger</li> <li>• Schwänzchen fangen</li> </ul> <p>Sportspielübergreifende Technik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Werfen (10er Probe)</li> <li>• Fangen (10er Probe)</li> <li>• Prellen/Dribbeln (10er Probe)</li> <li>• Einen Schläger benutzen</li> </ul> <p>Sportspielübergreifende Taktik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ziele treffen</li> <li>• Zusammenspielen</li> <li>• Sich positionieren, anbieten und orientieren</li> </ul> <p>An Stationen (Ballschule):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballkünstlerprüfung</li> <li>• Auf der Kirmes</li> <li>• Rollen-Werfen-Fangen-Prellen</li> <li>• Zielwerfen (Auge-Hand-Koordination)</li> <li>• Was mein Fuß so alles kann/ Klebefuß (Auge-Fuß-Koordination)</li> <li>• Schlossball</li> <li>• I love Hockey</li> </ul> | <p>Verschiedene Bälle</p> <p>Fallschirm bzw. Schwungtuch</p> <p>Springseil</p> <p>Reifen</p> <p>Alltagsmaterial (Bierdeckel, Luftballons, Naturmaterial)</p> |                              | <p>Ca. 20 Unterrichtsstunden (Klasse 1)</p> <p>Ca. 15 Unterrichtsstunden (Klasse 2)</p> |

## 2. Bewegungsfeld Turnen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Hilfsmittel<br>& Medien                                                                                         | Fächerverbindendes<br>Lernen | Zeitraumen                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- vertrauen wechselnden Körperlagen im Raum sowie unterschiedlichen Geräten und Geräteanordnungen</li> <li>- kennen und beherrschen turnerische und akrobatische Bewegungsformen und sind in der Lage einander zu helfen</li> <li>- benennen Geräte und können diese sachgerecht anhand von Aufbauplänen oder Anweisungen auf- und abbauen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kombinationen von Bewegungen und Veränderung der Körperlage im Raum</li> <li>- Rollbewegungen</li> <li>- Stütz- und Haltebewegungen</li> <li>- Sprungbewegungen</li> <li>- Übungen zur Körperspannung (zu zweit)</li> <li>- Spiele in denen die Geräte kennengelernt werden können (ähnlich wie Feuer, Wasser, Erde)</li> <li>- Verwendung von Stationskarten mit Aufbauanleitungen und Material</li> <li>- Sprunggewöhnung auf dem Minitrampolin</li> <li>- Rollen, Stützen, Drehen, Balancieren</li> </ul> <p>An Stationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Turnerische Bewegungsformen erlernen</li> <li>• Möglichkeiten zum Rollen und Wälzen („Rollen grenzenlos“)</li> <li>• Übungsreihe zum Rollen</li> <li>• Geräteparcours</li> <li>• Rolle vorwärts aus dem Stand turnen</li> <li>• Von einer schiefen Ebene wälzen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klettern, Schwingen, Drehen und Fliegen</li> <li>• Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren</li> <li>• Gerätearrangements zum Klettern und Schwingen („Im Urwald“, „Affenhaus“, „Im Gebirge“)</li> <li>• Aus unterschiedlichen Höhen im kontrollierten Niedersprung im Stand beidbeinig sicher landen</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollen, Springen, Hangeln und Stützen</li> <li>• Kooperative Abenteuerspiele die den ganzen Körper fordern</li> <li>• Zappelhandstand</li> </ul> <p>An Stationen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körpergewicht halten und stützen</li> <li>• Im Handstütz mit den Füßen an der Wand hoch lauen, die Körperspannung halten und seitlich auf den Händen fortbewegen</li> <li>• An einer Stange hangeln</li> <li>• Am Barren stützen</li> <li>• Sprünge wie Hockwende/Hocke/Sprunggrätsche</li> </ul> | Geräte-<br>land-<br>schaften:<br>Matten<br>Sprung-<br>brett<br>Hocker<br>Kasten<br>Springseile<br>Täue<br>Bänke |                              | Ca. 15<br>Unterrichtsstun-<br>den |

### 3. Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                  | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Hilfsmittel &<br>Medien                                         | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                | Zeitraumen                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen und beherrschen elementare leichtathletische Bewegungsformen und stellen sich Herausforderungen in spielerischen Wettkämpfen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• spielerische Vermittlung hat oberste Priorität (es geht nicht um Leistung!) und das selbständige Ausprobieren (etwas Wagen)</li> <li>- Stand- und Schrittweitsprung</li> <li>• Einführung Stand- und Schrittweitsprung</li> <li>• In die Weite springen</li> <li>• Aus einem Anlauf von einer Rampe weit springen und sicher landen</li> <li>• Anlauf- und Absprungkoordinationsübungen mit Hilfe von Rampen und Markierungen</li> <li>• Schluss sprünge üben, durch einen Reifenparcours springen</li> <li>• Springen von kleinen Kästen, von der Kastentreppe („Fliegen ist schön“)</li> <li>- Ausdauerndes und schnelles Laufen</li> <li>• Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen</li> <li>• Im schnellen zielstrebigem Laufen Gegenständen oder sich bewegendem Personen ausweichen</li> <li>• Zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigten Puls unterscheiden</li> <li>• „Jogging-Lauf“ (Ausdauerlauf mit Malen), „Post für den Tiger“</li> <li>• Staffelläufe</li> <li>• Tickerspiele</li> <li>• Ausdauerläufe/-spiele</li> <li>• Hindernislauf /-parcour zu zweit oder in Gruppen</li> <li>• Laufen mit Materialien wie Zeitungspapier</li> <li>• Pulsmessung, Körperbeobachtung</li> <li>- Werfen (weit)</li> <li>• Mit unterschiedlichen Bällen weit werfen</li> <li>• Unterschiedliche Bälle einhändig gegen eine Wand werfen und den abprallenden Ball auffangen</li> <li>• Stationen mit unterschiedlichen Bällen zu verschiedenen Bewegungsaufgaben lösen, unter besonderer Beachtung des einhändigen Wurfes (auf richtige Wurfhaltung achten!)</li> <li>• „Willi will fliegen“</li> </ul> | Verschiedene Bälle<br>Hütchen<br>(Sprunggrube)<br>(Laufstrecke) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Findet bei gutem Wetter im Freien statt</li> </ul> | Ca. 5 Unterrichtsstunden<br>(Klasse 1)<br>Ca. 10 Unterrichtsstunden<br>(Klasse 2) |

#### 4. Bewegungsfeld Schwimmen (wird nur in Klasse 3 unterrichtet, siehe Seite 15)

## 5. Bewegungsfeld Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                          | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                       | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                           | Zeitraumen                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- sind in der Lage, Bewegungen an Rhythmen beziehungsweise Musik anzupassen, diese mit anderen zu gestalten und zu präsentieren</li> <li>- können sich mit einem Handgerät rhythmisch bewegen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kindertänze</li> <li>- Reproduzieren</li> <li>- Bewegungsgestaltung mit Handgeräten</li> <li>- Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen</li> <li>- Im langsamen und schnellen Hopselauf unterschiedliche Raumwege zurücklegen</li> <li>- Sich nach einem eindeutigen Takt entsprechend bewegen</li> <li>- Sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen</li> <li>- Einfache Formen des Seilspringens (Rhythmus finden)</li> <li>- Rhythmusvorgabe durch Klatschen, Trommeln, Musik</li> <li>- Freies Bewegen nach Musik</li> <li>- Im Rhythmus wippen und erste Schritte dazu</li> <li>- Singspiele</li> <li>- Spiellieder z.B. „Heut‘ sind die Roboter ganz wild“</li> <li>- Kleine Improvisationen</li> <li>- „Wie die Tiere“, „Mein Tag“</li> <li>- Figurenlauf, „Drachen im Wind“ (Improvisation)</li> <li>- Bewegen mit dem kleinen Seil</li> </ul> <p>An Stationen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen für den Reifenführerschein</li> <li>• Übungen für die Seilchenolympiade/ Springseilführerschein</li> <li>• Ballon treiben</li> <li>• Spiele mit Alltagsmaterialien (z.B. Bierdeckel, Zeitungen usw.)</li> <li>• Spielen mit Tüchern (hochwerfen, auffangen, drehen)</li> <li>• Bewegen mit dem Schwungtuch</li> </ul> | Musikinstrumente<br>Musikanlage / Boombox<br>Reifen<br>Springseile<br>Schwungtuch<br>Tücher<br>Bänder<br>Gymnastikbälle<br>Alltagsmaterialien | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterricht orientiert sich auch am Musikunterricht</li> </ul> | Ca. 15 Unterrichtsstunden |

## 6. Bewegungsfeld Raufen und Ringen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Hilfsmittel &<br>Medien                | Fächerverbindende<br>s Lernen                                                                                                            | Zeitraumen                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- können ihre Kräfte in unterschiedlichen Formen spielerisch-kämpferischer Auseinandersetzung erproben</li> <li>- sind sich eines fairen Mit- und Gegeneinanders und der Bedeutung von Regeln bewusst</li> <li>- können Grenzen akzeptieren</li> <li>- gehen mit Sieg und Niederlage angemessen um</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleine Rangelspiele</li> <li>- Fitnesstraining</li> </ul> <p>An Stationen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleichgewichtskämpfe, Schiebe- und Ziehkämpfe</li> <li>• Zweikämpfe</li> <li>• Kämpfe mit und um Materialien</li> <li>• Kampf- und Raumsportspiele auf hohen Geräten</li> <li>• Raufen mit Stimme und Körpersprache</li> <li>• Raufen und Entspannen</li> <li>• „Im Fitnessstudio“</li> <li>• Schieben, Ziehen, Rollen, Drehen</li> </ul> | <p>Matten<br/>Springseile<br/>Täue</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verknüpfung zu sozialem Training, Klassenrat und weiteren Fächern sind wünschenswert</li> </ul> | <p>Ca. 4 Unterrichtsstunden (Klasse 1)<br/>Ca. 10 Unterrichtsstunden (Klasse 2)</p> |

## 7. Bewegungsfeld Rollen, Gleiten, Fahren

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                        | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                                                                                                                                                                       | Zeitrahmen                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- regulieren ausgewählte bewegliche Sportgeräte und gehen verantwortungsbewusst mit dem eigenen Bewegungskönnen um</li> <li>- können das dynamische Gleichgewicht halten (sich nach dem Beschleunigen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät bis zum Ausrollen oder Ausgleiten im Gleichgewicht halten)</li> <li>- können Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren (sich mit rollendem Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erwerb des Rollbrett- / Rollfahrzeugführerscheins (Übung an Stationen mit verschiedenen Schwerpunkten)</li> <li>- Regeln zur Sicherheit und dem Umgang mit dem Rollbrett/ Rollfahrzeug formulieren lassen und besprechen</li> <li>- Freies Ausprobieren mit den Rollbrettern und Rollfahrzeugen</li> <li>- Vielfältiges Bewegen mit Geräten in der Halle und im Freien</li> <li>- Koordinationsübungen zu versch. Themen (Zeit-, Präzisions-, Komplexitäts-, Organisations- sowie Variabilitätsdruck)</li> <li>- Technikübungen zu versch. Themen (Raumorientierung, Kinästhesie, Gleichgewicht, Roll- und Gleitkontrolle)</li> <li>- Vielfältige Geschicklichkeitsübungen und -spiele</li> <li>- Geschicklichkeitsparcours zum Anfahren, Steuern, Lenken, Ausweichen und Stoppen</li> <li>- Staffelspiele mit dem Rollbrett/ Rollfahrzeug</li> <li>- Einen eigenen Parcours erstellen</li> <li>- Roller-/Fahrradparcours auf dem Schulhof</li> <li>- Verkehrssicheres Verhalten als Teilnehmer/in im Straßenverkehr</li> </ul> | <p>Teppichfliesen<br/>Rollbretter<br/>Rollfahrzeuge<br/>Pedalo<br/>Ggf. Roller, Einräder, Fahrräder</p> <p>Tutorials (via Beamer, TV o.Ä.)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erlebnisorientierung auch außerhalb der Schule</li> <li>- Schutzausrüstung beachten (z.B. Helm, Hand-, Ellenbogen- und Knieschoner)!</li> <li>- Frühradfahren in Klasse 1 in Verbindung mit SU</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ca. 6 Unterrichtsstunden</li> <li>- ein halbes SJ je 1 Stunde/ Woche</li> </ul> |

## Jahrgangsstufen 3 und 4

### 1. Bewegungsfeld Spielen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                                                   | Fächerverbindendes<br>Lernen | Zeitraumen                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen unterschiedliche Spielmaterialien und können diese in Spielsituationen einsetzen</li> <li>- gestalten Spiele und entwickeln eigene Spielformen</li> <li>- spielen fair</li> <li>- entwickeln Wurferfahrungen weiter und beherrschen verschiedene Ballfertigkeiten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Komplexere Spiele und Regeln</li> <li>- Variantenreiche und kreative Spielideen</li> <li>- Mit- und gegeneinander spielen</li> <li>- Grundlegende Spielideen der Torwurfspiele, der Torschussspiele, der Rückschlagspiele</li> <li>- Sportspielgerichtetes Lernen</li> </ul> <p>Sportspielübergreifende Technik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Werfen (10er Probe)</li> <li>• Fangen (10er Probe)</li> <li>• Prellen/Dribbeln (10er Probe)</li> <li>• Einen Schläger benutzen</li> </ul> <p>Sportspielübergreifende Taktik:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ziele treffen</li> <li>• Zusammenspielen</li> <li>• Sich positionieren, anbieten und orientieren</li> </ul> <p>Kleine Spiele:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kettenticker</li> <li>• Zombiball</li> <li>• Zweierball</li> <li>• Tigerball</li> <li>• Schlossball</li> <li>• Zehnerball</li> <li>• Ball über die Schnur</li> </ul> <p>An Stationen (Ballschule):</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielwerfen</li> <li>• Zielwerfen auf ein bewegliches Ziel</li> <li>• Rollen-Werfen-Fangen-Prellen</li> </ul> | <p>Verschiedene Bälle</p> <p>Fallschirm bzw. Schwungtuch</p> <p>Springseil</p> <p>Reifen</p> <p>Alltagsmaterialien</p> <p>(Bierdeckel, Luftballons, Naturmaterialien)</p> |                              | <p>Ca. 16 Unterrichtsstunden (Klasse 3)</p> <p>Ca. 16 Unterrichtsstunden (Klasse 4)</p> |

## 2. Bewegungsfeld Turnen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                  | Fächerverbindendes<br>Lernen | Zeitraumen                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- vertrauen wechselnden Körperlagen im Raum sowie unterschiedlichen Geräten und Geräteanordnungen</li> <li>- kennen und beherrschen turnerische und akrobatische Bewegungsformen und sind in der Lage einander zu helfen</li> <li>- benennen Geräte und können diese sachgerecht anhand von Aufbauplänen oder Anweisungen auf- und abbauen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kombinationen von Bewegungen und Veränderung der Körperlage im Raum</li> <li>- Funktionales Stützen an unterschiedlichen Geräten und am Boden</li> <li>- Absprung von einem Sprungbrett</li> <li>- Körperkontrolle im Flug</li> <li>- Partnerakrobatik und zugehörige Regeln</li> <li>- Sprungbewegung am Minitrampolin</li> <li>- Rollen, Stützen, Drehen, Balancieren               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Turnerische Bewegungsformen erlernen</li> <li>• Zwei erlernte Bewegungsformen in Boden- und Gerätturnen verbinden und flüssig präsentieren</li> </ul> </li> </ul> <p>Handstand (an Stationen)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen zum Stützen und zur Körperspannung</li> <li>• Mit und ohne Hilfestellung</li> <li>• Handstand an der Wand</li> <li>• Mit und ohne Hilfestellung freien Handstand</li> <li>• Handstand abrollen</li> </ul> <p>Rolle vorwärts (an Stationen)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit Hilfe von Geräten („Rollen grenzenlos“)</li> <li>• Ohne Hilfe auf der Mattenbahn</li> <li>• An Tauen und Ringen</li> </ul> <p>Aufschwung am Reck (an Stationen)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit Gerätehilfen</li> <li>• Mit Lehrer-/Schülerhilfe</li> </ul> <p>Hockwende</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsreihe zur Hockwende mit Langbänken, kleinen Kästen, niedrig eingestellten großen Kästen</li> <li>• Sprung (Hocke/Grätsche über den Bock)</li> <li>• Stufenbarren (Sprung in den Stütz/Unterschwung/Hüftschwung)</li> </ul> <p>Radwende/Rolle rückwärts</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiedene Stationen zur Übung</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Klettern, Schwingen, Drehen, Springen und Fliegen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren</li> <li>• Übungen zum Rollen und Überkopf an Tauen und Seilen, Ringen, Reck</li> <li>• Fliegen an der Kastentreppe</li> <li>• Übungen mit dem Minitrampolin</li> </ul> </li> <li>- Klettern, Schwingen, Hangeln, Balancieren, Springen</li> </ul> | Gerätelandschaften:<br>Matten<br>Sprungbrett<br>Hocker<br>Kasten<br>Springseile<br>Taue<br>Bänke<br>Reck |                              | Ca. 16 Unterrichtsstunden (Klasse 3)<br>Ca. 16 Unterrichtsstunden (Klasse 4) |

### 3. Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                  | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Hilfsmittel &<br>Medien                                                       | Fächerverbindende<br>s Lernen                                                               | Zeitraumen                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen und beherrschen elementare leichtathletische Bewegungsformen und stellen sich Herausforderungen in spielerischen Wettkämpfen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- In die Höhe springen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• In die Weite und Höhe springen</li> <li>• Einen Anlauf effektiv für einen Sprung in die Weite oder in die Höhe umsetzen</li> <li>• Sprünge in rhythmischen Ausführungsvarianten</li> <li>• Springen mit Unterstützung durch Kleingeräte</li> <li>• Einführung einer Hochsprungtechnik (Schwerpunkt ist die Anlauf- und Absprungkoordination)</li> <li>• Hürdenlauf</li> </ul> </li> <li>- Staffeln laufen               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mind. 20 Minuten ausdauerndes Laufen</li> <li>• Schnelles und zielgerichtetes Laufen</li> <li>• Über Hindernisse i Gelände und in der Halle</li> <li>• Als Einstieg und Erwärmung in der Unterrichtsstunde</li> <li>• Laufabzeichen des DLV</li> <li>• Laufen mit verschiedenen Aufgabenstellungen z.B. Sinneswahrnehmung</li> <li>• Joggen im freien Gelände</li> <li>• Sprintwettbewerbe/Laufspiele</li> </ul> </li> <li>- Schlagwurf               <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit unterschiedlichen Bällen weit werfen</li> <li>• Einen kleinen Ball mit Schlafwurftechnik in die Weite werfen</li> <li>• Übungen mit dem Schlagball</li> <li>• Vermitteln von Würfeln in verschiedenen Techniken</li> <li>• Wurferfahrungen mit verschiedenen Wurfgeräten und unterschiedlichen Zielsetzungen</li> </ul> </li> </ul> | Verschiede<br>ne Bälle<br>Hütchen<br>(Sprung-<br>grube)<br>(Lauf-<br>strecke) | <ul style="list-style-type: none"> <li>- findet bei gutem Wetter im Freien statt</li> </ul> | Ca. 14 Unterrichtsstunden (Klasse 3)<br>Ca. 14 Unterrichtsstunden (Klasse 4) |

#### 4. Bewegungsfeld Schwimmen (wird nur in Klassenstufe 3 unterrichtet)

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                                                                                    | Fächerverbindendes<br>Lernen | Zeitraumen                        |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- setzen sich mit dem Element Wasser funktionsorientiert auseinander</li> <li>- erwerben erste Grundfertigkeiten des Schwimmens</li> <li>- können den Arm-, Bein- oder Körperantrieb mit der Atmung verbinden</li> <li>- können sich in unterschiedlichen Körperlagen fortbewegen und beim Antreiben die Lage wechseln: Brust-, Rücken- und Seitlage</li> <li>- beherrschen ausgewählte Schwimmtechniken sicher in der Grobform</li> <li>- wenden Verhaltensregeln beim Schwimmen an, stellen Sicherheit im Wasser her</li> </ul> | <p>Wassergewöhnung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiel- und Übungsformen im brusttiefen Wasser</li> <li>- Auftriebs- und Lageübungen</li> </ul> <p>Wasserbewältigung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schweben, Tauchen, Gleiten, Atmen, Springen</li> <li>- Übungen zu</li> <li>- sichere Schwimmbewegungen in optimaler Wasserlage in flachem und tiefem Wasser</li> <li>- Orientierung unter Wasser ohne Schwimmbrille</li> <li>- Schwimmen mit koordinierten Arm- und Beinbewegungen ohne Hilfsmittel</li> <li>- Springen ins tiefe Wasser mit sicherem Übergang in die Schwimmlage</li> <li>- zielgerichtete Fortbewegung ohne Hilfsmittel im tiefen Wasser in Rücken- und Bauchlage</li> </ul> <p>Abnahme der Jugendschwimmabzeichen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erfüllung der vorgegebenen Prüfungsinhalte</li> <li>- Kenntnis der Bade- und Schwimmregeln</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schwimm-Noodles</li> <li>- Flossen</li> <li>- Schwimm-Bretter</li> <li>- Pullbuoys</li> <li>- Spielmaterial (Eimer, Tennisbälle, Quietsche-Entchen...)</li> </ul> |                              | Trimester des dritten Schuljahres |

## 5. Bewegungsfeld Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                          | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                       | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                           | Zeitraumen                                                                     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- sind in der Lage, Bewegungen an Rhythmen beziehungsweise Musik anzupassen, diese mit anderen zu gestalten und zu präsentieren</li> <li>- können sich mit einem Handgerät rhythmisch bewegen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Traditionelle und moderne Tänze</li> <li>- Umgestalten</li> <li>- Bewegungsgestaltung mit Handgeräten</li> <li>- Rhythmen in bestimmte Bewegungen umsetzen</li> <li>- Kinder-/ oder Trendtanz in der Gruppe tanzen und präsentieren</li> <li>- Bewegungen mit und ohne Handgerät gestalten</li> <li>- Themen- und/oder musikbezogene Bewegungen improvisieren</li> <li>- Gestaltungsaufgaben zu einem Thema/ zu einer Musik in Kleingruppen erarbeiten und präsentieren</li> <li>- Rhythmisches Bewegen mit Bändern, Tüchern, Ball, Reifen</li> <li>- Situationen improvisieren (z.B. einen alten Mann, „Karneval der Tiere“, „Blätter im Wind“)</li> </ul> | Musikinstrumente<br>Musikanlage / Boombox<br>Reifen<br>Springseile<br>Schwungtuch<br>Tücher<br>Bänder<br>Gymnastikbälle<br>Alltagsmaterialien | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterricht orientiert sich auch am Musikunterricht</li> </ul> | Ca. 10 Unterrichtsstunden (3. Klasse)<br>Ca. 10 Unterrichtsstunden (4. Klasse) |

## 6. Bewegungsfeld Raufen und Ringen

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                                        | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Hilfsmittel &<br>Medien                                                        | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                                                             | Zeitraumen                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- können ihre Kräfte in unterschiedlichen Formen spielerisch-kämpferischer Auseinandersetzung erproben</li> <li>- sind sich eines fairen Mit- und Gegeneinanders und der Bedeutung von Regeln bewusst</li> <li>- können Grenzen akzeptieren</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gemeinsame Regeln und Vorschriften erarbeiten</li> <li>- Schiebe- und Ziehwettkämpfe</li> <li>- Gleichgewichtskämpfe</li> <li>- Zweikämpfe</li> <li>- Kämpfe mit und um Materialien</li> <li>- Kampf- oder Raufspiele auf hohen Geräten</li> <li>- Reflexionen von Emotionen</li> </ul> | Matten<br>Springseile<br>Taue<br>Medizin-<br>bälle<br>Bälle<br>Reifen<br>Kegel | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verknüpfung zu sozialem Training, Klassenrat und weiteren Fächern sind wünschenswert</li> </ul> | Ca. 8 Unterrichtsstunden (Klasse 3)<br>Ca. 8 Unterrichtsstunden (Klasse 4) |

## 7. Bewegungsfeld Rollen, Gleiten, Fahren

| Kompetenzen<br>SuS ...                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhalte                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Hilfsmittel &<br>Medien                                                                                                                            | Fächerverbindendes<br>Lernen                                                                                                                                                                                                                                                                | Zeitraumen                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- regulieren ausgewählte bewegliche Sportgeräte und gehen verantwortungsbewusst mit dem eigenen Bewegungskönnen um</li> <li>- können das dynamische Gleichgewicht halten und Bewegungsabläufe an das Gerät optimieren</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vielfältiges Bewegen mit Geräten in der Halle und im Freien</li> <li>- Koordinationsübungen zu versch. Themen (Zeit-, Präzisions-, Komplexitäts-, Organisations- sowie Variabilitätsdruck)</li> <li>- Technikübungen zu versch. Themen (Raumorientierung, Kinästhesie, Gleichgewicht, Roll- und Gleitkontrolle)</li> <li>- Vielfältige Geschicklichkeitsübungen und -spiele</li> <li>- Geschicklichkeitsparcours zum Anfahren, Steuern, Lenken, Ausweichen und Stoppen</li> <li>- Einen eigenen (Gruppenarbeit) Geräte-Hindernis-Parcours erarbeiten und durchlaufen</li> <li>- Verkehrssicheres Verhalten als Teilnehmer/in im Straßenverkehr</li> </ul> <p><u>SUP:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Paddeltechniken: Grunds Schlag, Bogenschlag, Stoppschlag, Zugschlag</li> <li>- Manöver: Geradeausfahrt, Kurvenfahrt (z.B. Bojen), Bremsen, Pivot Turn, Rettung</li> <li>- Gleichgewichtsübungen, SUP-Board Wechsel</li> <li>- SUP-Yoga, SUP-Polo, Touren-Paddeln, Staffeln, Geschwindigkeitsübungen</li> </ul> <p><u>Kanu:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen</li> <li>- Paddeltechniken: Grunds Schlag, Bogenschlag, Stoppschlag, Zugschlag, Steuerschläge</li> <li>- Rollenverteilung (Steuermann und Motor)</li> </ul> <p>Rettungsübungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufrichten eines gekenterten Kanus</li> <li>• Hilfe beim Wiederaufrichten eines gekenterten Kanus und Wiedereinsteigen sowie Hilfeleistungen von anderen Booten aus geben</li> <li>• Bergen von Personen aus dem Wasser in das Kanu</li> <li>• Bergen von Personen aus dem Kanu in andere Boote</li> <li>- Gemeinsame Ausfahrt</li> </ul> <p><u>Früh radfahren</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Praxisunterricht für SuS der ersten Klasse</li> <li>- Grundsätzlich wird im Schonraum der Turnhalle gefahren</li> <li>- Kinder nutzen die schuleigenen Räder, tragen aber ihren eigenen Helm und Turnschuhe</li> </ul> <p>Übungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- schieben von rechts nach links</li> <li>- auf- und absteigen von rechts und links</li> <li>- richtige Pedalstellung beim Anfahren</li> <li>- Nutzen der Rücktrittsbremse</li> <li>- Nutzen beider Bremsen</li> <li>- differenzierte Übungen im Verlauf</li> </ul> | <p>Roll-<br/>fahrzeuge<br/>Fahrräder</p> <p>(Teppich-<br/>fliesen,<br/>Rollbretter,<br/>Pedalo)</p> <p>Tutorials (via<br/>Beamer, TV<br/>o.Ä.)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erlebnis-orientierung auch außerhalb der Schule</li> <li>- Roll- bzw. Fahrradtag in Verbindung mit dem Sachunterricht ist wünschenswert</li> <li>- Schutzausrüstung beachten (z.B. Helm, Hand-, Ellenbogen- und Knieschoner)!</li> </ul> <p>SU</p> | <p>Ca. 6 Unterrichtsstunden (Klasse 3)</p> <p>Ca. 6 Unterrichtsstunden (Klasse 4)</p> <p>Zusatzangebot</p> |

# Aspekt «Fachsprache»

## Vereinbarungen

- Einheitliche Verwendung von Bezeichnungen und Fachbegriffen

Die Entwicklung und Verwendung einer einheitlichen Fachsprache stellt einen wesentlichen Bestandteil des kompetenzorientierten Sportunterrichts dar. In Anlehnung an die Fachanforderungen Sport für die Primarstufe des Landes Schleswig-Holstein zielt der Sportunterricht neben der Förderung motorischer Kompetenzen auch auf die Ausbildung sprachlicher Fähigkeiten. Dabei bildet die Fachsprache ein zentrales Mittel zur Beschreibung, Reflexion und Gestaltung von Bewegungshandlungen.

## **Ziele**

- Aufbau und Erweiterung eines altersgemäßen sportbezogenen Fachwortschatzes
- Einheitliche Verwendung grundlegender sportlicher Begriffe durch alle Lehrkräfte zur Sicherstellung eines konsistenten Sprachgebrauchs
- Förderung der aktiven Nutzung von Fachsprache durch die Schülerinnen und Schüler zur Beschreibung und Reflexion von Bewegungserfahrungen
- Verknüpfung sprachlicher und motorischer Lernprozesse im Sinne ganzheitlicher Kompetenzentwicklung

## **Inhalte und Begriffsbereiche**

Die verwendete Fachsprache orientiert sich an den folgenden übergeordneten Bereichen:

- **Bewegungsformen:** rollen, springen, werfen, balancieren, fangen, laufen, klettern, drehen
- **Gerätebezeichnungen:** Kasten, Barren, Bank, Matte, Reck, Seil, Reifen, Ball
- **Spiel- und Regelbegriffe:** passen, dribbeln, verteidigen, angreifen, stoppen, starten, Fairness, Teamarbeit, Regelverstoß
- **Bewegungsqualitäten:** schnell, kontrolliert, rhythmisch, kräftig, flüssig, ausdauernd

Diese Begriffe werden altersgerecht eingeführt, geübt und konsequent verwendet. Die Kolleginnen und Kollegen stimmen sich regelmäßig über die einheitliche Terminologie ab.

## **Methodische Umsetzung im Unterricht**

- Fachbegriffe werden durch Handlungen, Bilder, Begriffsplakate und wiederkehrende Formulierungen eingeführt und gesichert.
- Bewegungsaufgaben werden sprachlich strukturiert (z. B. „Rolle vorwärts mit gestreckten Beinen auf der Matte“).
- Kinder werden gezielt dazu angeleitet, Bewegungen sprachlich zu beschreiben (z. B. im Sitzkreis, mit Bewegungskarten oder im Tandem).
- Spielregeln und Übungsanweisungen werden in Fachsprache vermittelt und gemeinsam reflektiert.
- Die Fachsprache wird durch mündliche Reflexionsphasen vertieft (z. B. „Wie habe ich das gemacht?“, „Was war schwierig?“).

### **Verankerung im Unterrichtsalltag**

- Sichtbarmachung zentraler Begriffe im Sportraum (z. B. Begriffsplakate, Wortkarten, Gerätekarten)
- Integration von Sprachphasen in Bewegungsabläufe (z. B. „Erkläre deinem Partner die Übung“)
- Sprachliche Differenzierung bei individuellen Unterstützungsbedarfen (z. B. mehrsprachige Visualisierung bei DaZ-Kindern)

### **Kompetenzerwartungen (sprachbezogen)**

Am Ende der Grundschulzeit können die Schülerinnen und Schüler:

- grundlegende Bewegungen und Übungen mit passenden Fachbegriffen benennen und beschreiben,
- Spielhandlungen und Regeln mit sportsprachlichen Ausdrücken erklären,
- Bewegungserfahrungen sprachlich reflektieren und Verbesserungsvorschläge formulieren.

## Aspekt «Fördern und Fordern»

- Differenzierungsmaßnahmen für alle Schülerinnen und Schüler mit Bedarf an besonderer Unterstützung oder mit besonderer Begabung

Der Sportunterricht der Grundschule orientiert sich am Prinzip der individuellen Förderung und bietet vielfältige Lerngelegenheiten für alle Schülerinnen und Schüler – unabhängig von motorischen Voraussetzungen, Vorerfahrungen oder besonderen Begabungen. Dabei werden sowohl leistungsschwächere Kinder als auch sportlich besonders befähigte Schülerinnen und Schüler gezielt unterstützt und herausgefordert. Dies erfolgt auf der Grundlage der Fachanforderungen Sport Schleswig-Holstein (Kap. 3: „Individuelle Förderung und Differenzierung“).

### Ziele

- Alle Kinder erleben Erfolgserlebnisse im Rahmen ihrer persönlichen Möglichkeiten.
- Lernzugänge und Aufgabenformate sind so gestaltet, dass alle Kinder entsprechend ihrer individuellen Leistungsfähigkeit gefordert und gefördert werden.
- Die Freude an Bewegung sowie die Teilhabe an Spiel- und Übungsprozessen stehen im Mittelpunkt.
- Sowohl Unterstützungsbedarfe als auch besondere Begabungen werden systematisch berücksichtigt.

### Grundsätze der Differenzierung im Sportunterricht

- **Innere Differenzierung** durch Variationen von Bewegungsaufträgen, Gerätelandschaften, Regeln und Zielstellungen
- **Äußere Differenzierung** durch differenzierte Gruppen- oder Partnerarbeit, Zusatzangebote oder individuelle Hilfsmittel
- Förderung über das **Prinzip der Mehrperspektivität**: z. B. leistungsbezogen, kreativ, kooperativ, gesundheitlich
- Lernangebote orientieren sich an der individuellen Entwicklung, nicht nur an einem allgemeinen Könnensniveau

### Beispiele für differenzierende Maßnahmen

| Bereich             | Förderung bei Unterstützungsbedarf                    | Förderung bei besonderer Begabung                           |
|---------------------|-------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Gerätebahn          | niedrigere Aufbauten, Hilfestellung, mehr Zeit        | komplexe Bewegungsfolgen, Partnerakrobatik, Selbststeuerung |
| Spiele              | vereinfachte Regeln, kleinere Spielfelder, Jokerrolle | komplexe Taktiken, zusätzliche Aufgaben, Spielleitung       |
| Wurftraining        | leichtere Bälle, kürzere Distanzen, feste Ziele       | Zielwerfen mit Wettkampfcharakter, Wurfanalyse              |
| Laufen/<br>Springen | alternative Bewegungsformen, markierte Laufwege       | individuelle Zeitmessung, Zusatzaufgaben (z. B. Dreisprung) |
| Reflexion           | visuelle Unterstützung, einfache Satzmuster           | schriftliche Bewegungstagebücher, Anleitungen für andere    |

### **Unterrichtsorganisation**

- Bewegungsstationen mit abgestuften Schwierigkeitsgraden (z. B. Ampelsystem: leicht – mittel – schwer)
- Wahlangebote innerhalb von Aufgabenstellungen („Suche dir drei Übungen aus!“)
- Selbst- und Partnerbewertung zur Förderung der Eigenverantwortung
- Beobachtungsbögen zur gezielten Lernstandsdiagnose

### **Fördern und Fordern als Teil der Leistungserhebung**

- Leistungen werden im Rahmen individueller Lernfortschritte bewertet.
- Besonders beachtete Aspekte sind: Anstrengungsbereitschaft, persönliche Weiterentwicklung, Kooperationsfähigkeit
- Zusätzliche sportliche Leistungen (z. B. im Schulwettbewerb, in AGs oder Turnieren) können gewürdigt werden

---

### **Hinweis zur schulischen Umsetzung**

Die Differenzierungsmaßnahmen im Fach Sport werden regelmäßig in der Fachkonferenz reflektiert und ggf. an schulinterne Gegebenheiten angepasst. Dazu zählt auch die enge Zusammenarbeit mit Förderlehrkräften, der Schulsozialarbeit sowie ggf. externen Partnern (z. B. Sportvereine, Talentsuche SH).

## Aspekt «Hilfsmittel und Medien»

- Anschaffung und Nutzung von Materialien
- Anschaffung und Nutzung von Bildmaterial, Bilddatenbanken und Software
- Ausstattung der Lernorte mit geeigneten Kleingeräten

## Überblick schulinterner Sport-Bausteine

