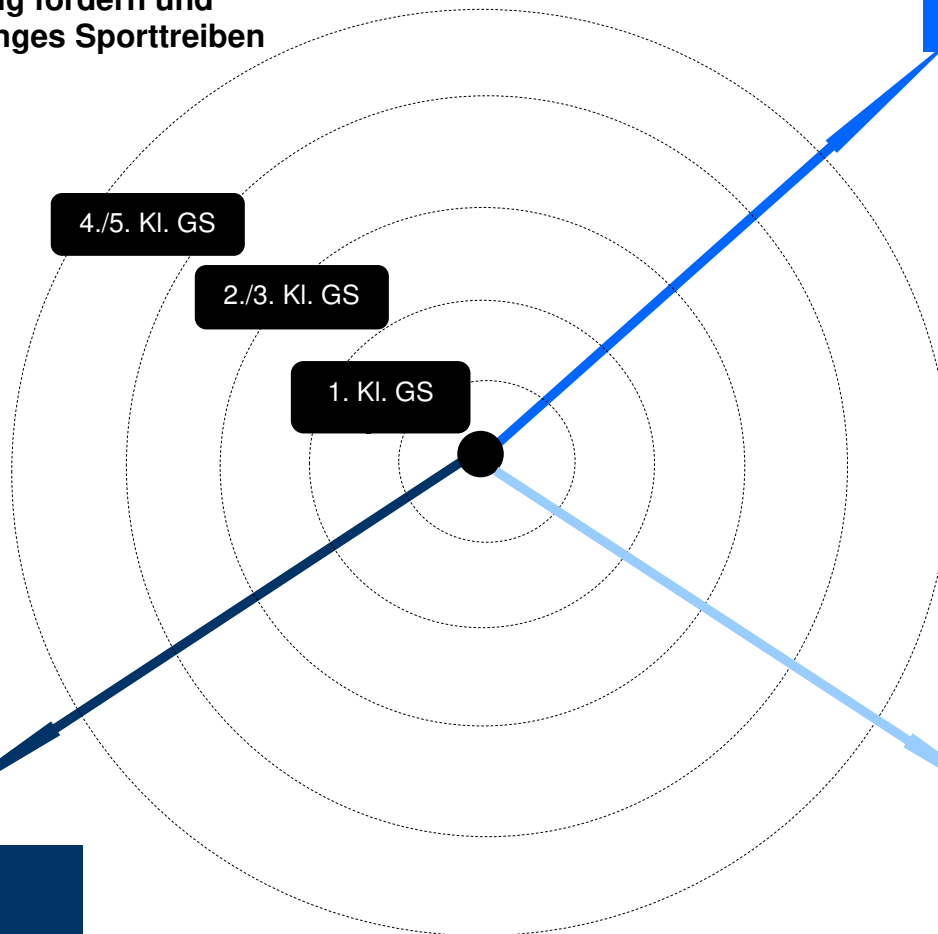


Bewegung und Sport

Ganzheitliche Entwicklung fördern und Grundlagen für ein lebenslanges Sporttreiben schaffen



Sportmotorische Grundqualifikationen

In verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern und Bewegungen koordiniert durchführen.

Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung

Den eigenen Körper bewusst wahrnehmen, sich durch Bewegung kreativ ausdrücken und sich in verschiedenen Umgebungen bewegen.

Bewegungs- und Sportspiele

In der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten und taktische Verhaltensweisen anwenden.

Sportmotorische Grundqualifikationen		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p>Natürliche Bewegungen koordinieren und verbinden</p>	<p>Grundlegende Bewegungserfahrung sammeln: laufen – klettern – rollen – balancieren – prellen – koordinieren – werfen – fangen – springen</p> <p>zu erreichen durch:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gerätelandschaften - Bewegungsgeschichten - Stationsbetrieb - Partnerübungen - Übungen mit Kleingeräten wie z.B. Seil, Reifen, Zeitungen, - Luftballone 	<ul style="list-style-type: none"> - sich ausdauernd bewegen - seine Körperkraft einsetzen - das Gleichgewicht halten - einfache Bewegungsabläufe koordinieren - Übungen an der Sprossenwand, Langbank
<p>Verschiedene Formen des Laufens, Werfens und Springens anwenden</p>	<p>Laufen: vorwärts, rückwärts, seitwärts, auf Fersen, Seitgalopp, rhythmisch laufen;</p> <p>Werfen: einhändiges Werfen, beidhändiges Fangen</p> <p>Springen: über Hindernisse springen; einbeiniges und beidbeiniges Springen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - natürliche Bewegungen verbinden - Gegenstände und Bälle werfen und fangen - verschiedene Sprungformen ausführen

Sportmotorische Grundqualifikationen		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p>Bewegungen mit und an Geräten erproben und koordiniert durchführen</p>	<p>Bewegungsformen Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken</p> <p>Bewegungserfahrungen an/mit und ohne Geräte/n z.B.: Hindernisparcours, Gerätelandschaften, Übungen an Stationen, Gymnastik, Zirkusgeräte, z.B. Pedalo, Teller drehen,...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsabläufe an Geräten erproben und festigen - mit Kleingeräten umgehen - am Boden turnen: Rolle vorwärts (wichtig: Hilfestellung durch die Lehrperson) - Übungen zur Verbesserung der Körperspannung - Gleichgewicht schulen - Körperkraft bewusst einsetzen
<p>Verschiedene Formen des Laufens, Werfens und Springens anwenden</p>	<p>Laufspiele</p> <ul style="list-style-type: none"> - Laufspiele zur Schulung der Ausdauer - Reaktionsspiele - Hindernisläufe - Steigerungsläufe - Startübungen aus verschiedenen Positionen <p>Springen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ein- und beidbeiniges Abspringen; - in die Höhe und Weite springen - über Hindernisse springen - Seilspringen <p>Werfen und Fangen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ball- und Fangspiele - Werfen von versch. Gegenständen/Wurfgeräten wie z. B. Ringe, Jongliertücher - Werfen aus verschiedenen Positionen 	<ul style="list-style-type: none"> - konzentriert laufen - ausdauernd laufen - beschleunigen und Lauftempo variieren - rhythmisches Laufen <p>- verschiedene Sprungformen tätigen und kombinieren</p> <p>- verschiedene Wurfformen tätigen und trainieren</p>

Sportmotorische Grundqualifikationen		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p>Die eigenen sportmotorischen Fähigkeiten einschätzen und bewusst einsetzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Unfallrisiken und Vorbeugemaßnahmen - Ruhepausen gönnen - Beruhigungs- und Entspannungsspiele - Körperspannung und – entspannung - Wettkampfsituationen schaffen - Mithilfe beim Einsammeln von Sportgeräten 	<ul style="list-style-type: none"> - Belastungs- und Erholungsphasen - Eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Gefahrenquellen erkennen und Sicherheitsbestimmungen einhalten - Geräte korrekt verwenden

Sportmotorische Grundqualifikationen		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
Boden- und Geräteturnen	<ul style="list-style-type: none"> - Einüben und Festigen der Bewegungsabläufe wie z.B. Vorübungen in den Handstand, Rolle vorwärts, seitliches Rollen, Rad schlagen, Kopfstand an die Wand,... - Zirkeltraining - Gymnastik mit Musik - Übungen an Sprossenwand, Langbank, Kasten,... - Übungen mit Zirkusgeräten z.B. Pedalo, Stelzen gehen, Teller drehen,... 	<ul style="list-style-type: none"> - natürliche Bewegungen verbinden und koordinieren <p>Wichtig: Hilfestellung bei Bedarf</p> <ul style="list-style-type: none"> - normfreies Turnen an Großgeräten
Unterschiedliche Formen des Laufens, Werfens und Springens sportartspezifisch anwenden	<p>Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken:</p> <p>Laufen: Siehe 2./3.Klasse Staffelläufe</p> <p>Springen: Einführende Übungen zum Weit- und Hochsprung Seilspringen gezielt einsetzen und üben</p> <p>Werfen und fangen werfen, prellen, dribbeln und passen Werfen mit verschiedenen Wurfgeräten (z.B. Gummiring, Frisbee...) Medizinball stoßen Ballweitwurf</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Laufen in vielfältigen Formen und Variationen - Ausdauerläufe - Variationen und Formen des Springens festigen - Springen an Geräten - verschiedene Formen des Fangens und Werfens mit verschiedenen Wurfgeräten schulen - in/über/auf Ziele werfen
Die eigenen sportmotorischen Fähigkeiten einschätzen und bewusst einsetzen	<p>Unfallrisiken und Vorbeugemaßnahmen: Siehe 2./3.Klasse</p> <p>Helfen und sichern</p>	<p>Siehe 2./3.Klasse</p>

Sport 1. Kl. GS

Bewegungs- und Sportspiele		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p>Am Gemeinschaftsspiel teilnehmen, die Spielregeln einhalten, sich gegenseitig unterstützen und Rücksicht nehmen</p>	<p>Verhaltensregeln, Bewegungs-, Wett- und Sportspiele: Fangspiele: z.B.: Schwarzer Mann, Dreieckfangen,...</p> <p>Ballspiele: z.B.: Merkbball, Jägerball, ...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - sich an Spielen beteiligen - sich an Spielregeln halten - mit einem Partner der Gruppe spielen - Spiele erklären

Sport 2./3. Kl. GS

Bewegungs- und Sportspiele		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p>Sportspiele ausführen</p>	<p>Elemente von Sportspielen: Fangspiele und Ballspiele: z.B.: Farb- oder Würfelfangen, Sanitäterfangen, Jägerball,...</p> <p>Partner-, Gruppen und Mannschaftsspiele: z.B.: Völkerball und Varianten, Staffelspiele, Reifenfangen,...</p> <p>Spiele ohne Tränen: z.B.: Gordischer Knoten, Roboter, Vampir,...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - sich aktiv an Spielen beteiligen - in der Gruppe spielen - Anleitungen und Spielregeln einhalten - helfen und Rücksicht nehmen - sich bei Sieg und Niederlage angemessen verhalten - in der Gruppe einander unterstützen - den Mitschülern fair begegnen - unterschiedliche Leistungen akzeptieren

Bewegungs- und Sportspiele		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
<p style="color: #0070c0;">Sich in Sportspielen aktiv einbringen, sich gegenseitig unterstützen und den Mitspielern fair begegnen</p>	<p>Sportspiele und ihre Regeln: Fangspiele und Ballspiele: z.B.: Kastenball, Klettermax, Burgball, Tigerball, Kapitänsball, Jägerball,...</p> <p>Partner-, Gruppen- und Mannschaftsspiele: z.B.: Hallenhockey, Brennball, Minivolleyball, Minihandball, Völkerball,...</p> <p>Spiele ohne Tränen: z.B.: Vampir, Roboter,...</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Einsatz bei Mannschaftsspielen zeigen - Schrittweises Einführen von Sportspielen - Anleitungen und Spielregeln kennen und einhalten - angemessenes Verhalten bei Sieg oder Niederlage - Teamfähigkeit - Spielgeräte angemessen benutzen

Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
Figuren im Stand und in Bewegung darstellen	Wahrnehmungsspiele z.B.: "Binde-Kuh-Spiele" für alle Sinne	<ul style="list-style-type: none"> - die einzelnen Körperteile benennen - sich im Raum orientieren (rechts, links, vorwärts, rückwärts...) - verbale und nicht verbale Anweisungen richtig ausführen
Sich mit Körper, Bewegungen und Gesten ausdrücken und verständigen	Musik und Bewegung Nicht verbale Ausdrucksformen: z.B. Pantomime, Darstellen von Begriffen, Spiegel- und Imitationsübungen,...	<ul style="list-style-type: none"> - auf Geräusche und Signale reagieren - sich zu Musik bewegen - sich durch Bewegungen mitteilen - Bewegungen imitieren
Die natürliche Umgebung erkunden und sich in ihr bewegen	Formen der Bewegung Wandern	<ul style="list-style-type: none"> - zusätzliche Betreuungsangebote

Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
Bewegungsabläufe bezogen auf Raum, Zeit und Gleichgewicht ausführen und verändern	Bewegungen, Körperhaltungen und Tänze Tiere nachahmen z.B.: Krebsgang, Häschensprung, Vierfüßlergang, Froschsprung,... Tänze Bewegungsgeschichten: z.B. Suchspiele, Platzwechselspiele,...	-verschiedene Fortbewegungsarten benennen und geschickt ausführen -natürliche Bewegungen flüssig verbinden -einfache Tänze
Durch Bewegung und Körpersprache Gefühle und Gedanken mitteilen und Situationen darstellen	Ausdrucksformen der Bewegung und Körpersprache: Nachahmungsspiele Darstellungsspiele	- Rhythmen wahrnehmen, darauf reagieren und sich ausdrücken
Sich im freien Gelände angemessen bewegen	Ausgewählte Aktivitäten im Freien	- Lehrausgänge - zusätzliche Wahlangebote

Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung		
Teilkompetenzen: Fähigkeiten, Fertigkeiten	Themenfelder, Handlungsfelder, Kenntnisse, Begriffe, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens	Lernmethoden, Arbeitstechniken, Möglichkeiten fächerübergreifenden Lernens
Bewegungsabläufe und Körperhaltungen kombinieren, aufeinander abstimmen, variieren und koordiniert durchführen	Koordinative Übungen z.B. Überkreuzübungen,...	
Physiologische Veränderungen infolge von Bewegung und Sport beachten und Belastungen entsprechend anpassen	Atmung, Herzfrequenz, Muskeltonus, ...	<ul style="list-style-type: none"> - den Körper kennenlernen und Veränderungen wahrnehmen - auf körperliche Belastungen reagieren - Körperhaltung verbessern - Auswirkungen von Bewegung und Sport auf die Gesundheit kennen - Puls messen
Sich im freien Gelände angemessen bewegen	Ausgewählte Aktivitäten im Freien	<ul style="list-style-type: none"> - Lehrausgänge - zusätzliche Wahlangebote

Bewegung und Sport

BEWERTUNGSKRITERIEN

- Sportliche Handlungsbereitschaft (Freude, Motivation, Mitarbeit, Einstellung zum Sport)
- Fairness, Hilfsbereitschaft und Teamfähigkeit
- Einhalten von Regeln
- Sportliche Handlungsfähigkeit (Ausdauer, Geschicklichkeit, Koordination, Umgang mit Bällen und Turngeräten)
- Leistungsfortschritt
- Selbsteinschätzung und Erkennen von Gefahren