

Sportcurriculum GS Kiebitzreihe

Eingangsphase

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Differenzierung	Leistungsbe- wertung/ Rückmeldung
<u>Spiele</u>	- Spiele erfassen, erklären, umsetzen - Spielregeln vereinbaren und einhalten - miteinander und gegeneinander fair spielen - frei spielen - Spielideen entwickeln - Umgang mit unterschiedlichen Bällen kennen lernen und ausprobieren	- Lauf- und Fangspiele (z. B. Brückentick, Ampel, Vampir, Chinesische Mauer,...) - Einfache Ballspiele (z. B. Haltet das Feld/ Kasten frei, Jägerball, Krebsfußball, Zahlenfußball,...) - Übungen zum Werfen und Fangen (z. B. Stationen, Zehnerprobe, Übungen vom Haniballpass,...)	- Lehrkraft unterstützt, Schüler unterstützen sich gegenseitig - über Materialien (Bälle)	- Reflexion sphasen - Rückmel debogen

<u>Turnen</u>	- Turnerische Bewegungen erlernen - Außergewöhnliche Körpererfahrungen machen - Körpergewicht stützen - Körperspannung halten - Kleine Geräte aufbauen und benennen - Turnen in einer Gruppe - Turnübungen der Bundesjugendspiele	- Im Geräteparcours/ in Abenteuerlandschaften Erfahrungen zum Schwingen, Rollen, Stützen, Klettern, Balancieren sammeln - Boden (Rollen, Kerze) - Barren (Schwingen, Stützen) - Reck (Rollen, Stützen) - Sprung (aufknien und aufhocken auf Kasten) - Balken (Balancieren vorwärts und rückwärts, drehen) - Gruppenübungen (Hockwenden)	- Hilfestellung durch die Lehrkraft - zu schwierige Übungsteile werden ausgelassen oder ersetzt - leichte Übungen können individuell schwieriger gestaltet werden	- Präsentation - Reflexion
----------------------	---	---	---	---

<u>Laufen,</u> <u>Springen,</u> <u>Werfen</u>	- erlernen und üben vielfältiger leichtathletischer Bewegungsformen - nehmen Wettkampfformen als Herausforderung an	- Lauf, Sprung und Wurf in variierenden Bewegungssituationen im Sinne der Spieleleichtathletik - ausdauernd laufen (z. B. Memory, Joggi, Zahlenlauf, Hindernislauf...) - Sprintsprünge, Staffelläufe - aus dem Anlauf vom Sprungbrett auf die dicke Matte springen, Kastentreppe - Werfen mit unterschiedlichen Materialien und Bällen - Lauftag, Crosslauf (freiwillig ab Klasse 2), Leichtathletikfest	- Unterschiedliche Zeiten/ Weiten/Zonen/Höhen und Schwierigkeitsgrade	- Urkunden vom Leichtathletikfest, Laufabzeichen
<u>Schwimmen</u>		Thema in Klassenstufe 3		

<u>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</u>	- erkunden rhythmischer Grundformen - können sich mit einem Handgerät rhythmisch bewegen oder ein Handgerät rhythmisch bewegen, experimentieren mit den Handgeräten - erkunden rhythmischer Grundformen, können mittanzen und vortanzen	- Koordinationsleiter - Einführung von Bewegungen z. B. mit Handgeräten, wie Seilen, Reifen, Tücher, Schwungtuch (Schwingen, Schlagen, Kreisen,...) - Kindertänze (z. B. Cowboytanz, ABC-Lied)	- Unterschiedlich schwierige Aufgabenfolge in und neben der Koordinationsleiter - Abstufungen insbesondere beim Seil - nur Arm- oder Beinbewegungen	- z. B. Seildiplom
---	---	--	---	--

<u>Raufen und Ringen</u>	- verfügen über motorische und affektive Grundlagen im Raufen und Ringen - kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen	- Übungen zum Vertrauen - Übungen zum Körperkontakt - z. B. Matten- Kniekampf, Rangelkämpfe, Balkenkämpfe, Schildkröte umdrehen, Fastfoodspiel, Krankenhaustick	- Übungen ohne Kontakt mit der Schwimmnu del	
<u>Rollen, Gleiten, Fahren</u>	- können sich mit verschiedenen Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien fortbewegen - erwerben Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens · regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit - kennen Regeln zum Umgang mit Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien - helfen einander und kooperieren beim Rollen, Gleiten und Fahren - halten sich fit durch Rollen und Gleiten	- Ausprobieren und Kennenlernen von Rollbrettern und Pedalos - Durchführung der Frührradschule im fächerübergreifenden Unterricht mit Sachunterricht - Übungen zum Gleichgewicht und zur Koordination im Parcours: Slalomfahren, Geschicklichkeitsübungen, Bremsen, Stoppen, Kurven fahren - Teamspiele, z. B. Staffelspiele, Bustransport - Übungen im Parcours zur Ausdauerschulung	- Nutzung eines Laufrades	- Eltern- brief mit Rückmel dung zum Rad- fahren bei Bedarf

Klasse 3 und 4

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Differenzierung	Leistungsbewertung/ Rückmeldung
<u>Spiele</u>	- Rollen in einer Mannschaft ausfüllen - mit Sieg und Niederlage umgehen - fair spielen - Mannschaften bilden mit unterschiedlichen Auswahlverfahren - Große Sportspiele mit einfachen Regeln spielen - Bälle und Schläger sachgerecht nutzen - Anstrengungsbereitschaft entwickeln - über Spielsituationen austauschen	- Ballspiele (z. B. Brennball, Völkerball, Merkball,...) - Spielformen z. B. zum Korbball, Handball, Fußball, Hockey, Badminton) - ein großes Sportspiel ausführlich - Übungen zum Werfen und Fangen, Techniks Schulung - Schlägerhaltung - Mannschaftsaufgaben besprechen	- Lehrkraft unterstützt, Schüler unterstützen sich gegenseitig	- Reflexionsphasen

<u>Turnen</u>	- Weitere turnerische Bewegungen erlernen - Außergewöhnliche Körpererfahrungen machen - Körpergewicht stützen - Körperspannung halten - Den sachgerechten Umgang mit unterschiedlichen Turngeräten kennen - Turnen in einer Gruppe - Turnen der Bundesjugendspiele	- im Geräteparcours/ Abenteuerlandschaften fortführende Erfahrungen zum Schwingen, Rollen, Stützen, Klettern, Balancieren sammeln - Boden (Rollen, Rad, Handstand) - Barren (Schwingen, Stützen, Hockwende als Abgang) - Reck (Aufschwung, Knieaufschwung, Unterschwung) - Sprung (Grätsche über Bock oder Durchhocken am Kasten) - Balken (Hockwende, Balancieren vorwärts und rückwärts, drehen, Fußwechsel, Pferdchensprung, kreativ sein) - Gruppenübungen (Rollen)	- Hilfestellung durch die Lehrkraft - zu schwierige Übungsteile werden ausgelassen oder ersetzt - leichte Übungen können individuell schwieriger gestaltet werden	- Präsentation
----------------------	--	---	---	--

<u>Laufen,</u> <u>Springen,</u> <u>Werfen</u>	- erlernen und üben vielfältiger leichtathletischer Bewegungsformen, Technikschiilung - nehmen Wettkampfformen als Herausforderung an	- Lauf, Sprung und Wurf in variierenden Bewegungssituationen im Sinne der Spilleichtathletik - ausdauernd laufen (z. B. Orientierungslauf, Geländelauf...) - Sprintspiele, Staffelläufe - aus dem Anlauf vom Sprungbrett auf die dicke Matte springen - Kastenweitsprung - Werfen mit unterschiedlichen Materialien und Bällen - Lauftag, Crosslauf, Leichtathletikfest	- unterschiedliche Zeiten, Höhen, Weiten und Schwierigkeitsgrade	- Urkunden vom Leichtathletikfest, Laufabzeichen
--	--	---	--	--

<u>Schwimmen</u> (Thema in Klassenstufe 3)	- setzen sich mit dem Element Wasser fähigkeitsorientiert auseinander - erwerben erste Grundfertigkeiten des Schwimmens (Arm-, Beinbewegung, Atmung) - können sich in unterschiedlichen Körperlagen fortbewegen (Bauch-, Rückenlage) - beherrschen eine ausgewählte Schwimmtechnik sicher in der Grobform - wissen, dass Schwimmen lebenserhaltend und gesundheitsfördernd ist - wenden Verhaltensregeln beim Schwimmen an	- Wassergewöhnung (Spiel- und Bewegungsformen im hüft- bis brusttiefen Wasser · Auftriebs- und Lageübungen, Springen ins Wasser, Augen unter Wasser öffnen, z. B. Waschstraße, Tauchspiele, Fischer, Fischer...) - Wasserbewältigung · Schweben, Tauchen, Gleiten, Atmen und Springen, Übungen mit dem Schwimmbrett, Schwimmnudel - Übungen mit Hilfsmitteln für den Beinschlag, den Armzug und die Wasserlage - Schwimmen mit koordinierten Arm- und Beinbewegungen ohne Hilfsmittel, Brust- und Rückenlage - Orientierung unter Wasser ohne Schwimmbrille (z. B. Korken pusten, Finger zählen, unter Wasser sitzen, liegen, drehen) - Tauchübungen (z. B. unter den Beinen durch, Slalom, Ringe tauchen, durch Reifen	- Schwimmunterricht findet je nach Thema in unterschiedlichen Gruppen statt	- Abnahme von Schwimmabzeichen
---	---	--	---	--

		tauchen, Tauchmemory und Puzzle) - Springen ins tiefe Wasser mit sicherem Übergang in die Schwimmlage - Übungsreihe Kopfsprung (Gleiten von der Matte bis hin zum Abfaller und Kopfsprung) - Bade- und Schwimmregeln		
<u>Rhythmisieren,</u> <u>Gestalten, Tanzen</u>	- gestalten Tänze mit vorgegebenen Schritten - gestalten, improvisieren und präsentieren rhythmische Bewegungen mit und ohne Handgerät - miteinander kommunizieren und kooperieren	- z. B. aerobicähnliche Formen oder Hiphop - Kleingruppengestaltung mit dem Seil oder Reifen	- Abstufungen insbesondere beim Seil - nur Arm- oder Beinbewegungen	- z. B. Seildiplom, Rückmeldebogen zur Kleingruppengestaltung

<u>Raufen und Ringen</u>	- grundlegende Fertigkeiten des Raufens und Ringens anwenden - halten Regeln beim Raufen und Ringen ein und reflektieren diese	- Übungen zum Vertrauen - Spielformen zum Kämpfen (z. B. Rettet den Schatz) - geschickt kämpfen - Fairnessrituale - Begrüßungsrituale - Gruppengespräche	- Übungen ohne Kontakt mit der Schwimmnudel	
<u>Rollen, Gleiten, Fahren</u>	- können sich mit verschiedenen Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien fortbewegen - üben von Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens · regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit - Geschwindigkeit und Risiken angemessen einteilen - halten sich fit durch Rollen und Gleiten	- Bewegungsspiele mit Rollbrettern und Pedalos - Rollbrettführerschein, Parcours - Durchführung von Geschicklichkeitsübungen mit dem eigenen Fahrrad im fächerübergreifenden Unterricht mit Sachunterricht - Bremsen, Stoppen, Kurven fahren		- Rollbrettführerschein - Fahrradführerschein

