

# Schulinternes Curriculum Sport der Johann-Hinrich-Fehrs-Schule

## 1. Einleitung

Das schulinterne Fachcurriculum in S.-H. orientiert sich an 7 Bewegungsfeldern:

- Spielen
- Turnen
- Laufen, Springen, Werfen
- Schwimmen
- Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen
- Raufen und Ringen
- Rollen, Gleiten, Fahren

Diese sieben Bewegungsfelder sind inhaltlich konkret auszugestalten und die formulierten Kompetenzerwartungen der Fachanforderungen Sport Primarstufe bei der Auswahl leitend. (Siehe „**Leitfaden** zu den Fachanforderungen“, 2022)

### 1.1 Das Fach Sport in der Eingangsphase

Dem Sportunterricht in der Eingangsphase ist eine besondere Bedeutung beizumessen. Schon im vorschulischen Bereich wird dem Themenbereich „Bewegung“ eine elementare Rolle zugeschrieben. Sie vermittelt den Schülerinnen und Schülern die Orientierung im Raum, das aktive Begreifen und Erobern der Welt und das Erleben von Selbstwirksamkeit. Hieran gilt es in der Eingangsphase anzuknüpfen. ( vergl. Fachanforderungen Sport, S. 12)

Hierbei bekommt der Schulung der koordinativen Fähigkeiten, dem Sammeln vielfältiger Bewegungserfahrungen in überwiegend spielerischer Form, sowie eine positive Einstellung zur körperlichen Leistung Sport zu treiben eine große Bedeutung zu.

Dabei werden im Sportunterricht vor allem auch überfachliche Kompetenzen im sozialen und personalen Bereich gefördert. So finden auch Bewegungsangebote nicht nur in den Sportstunden, sondern auch im täglichen Grundschulalltag in Form von täglichen Bewegungszeiten, Sport-AGs ( Fußball, Eistockschießen, Tanz, Fitness, Teilnahme an Schulsportwettbewerben des Kreises, Sommerspiele, Bundesjugendspiele, Lauftag ) an unserer Schule statt.

Die Schülerinnen und Schüler haben zum Zeitpunkt der Einschulung sehr unterschiedliche Lernvoraussetzungen, sodass der Sportunterricht differenziert am Einzelnen ausgerichtet ist und er/sie individuell fordert und fördert.

## **2. Kompetenzbereiche**

Der Erwerb sportlich Handlungsfähigkeit in Bewegung, Spiel und Sport ist die übergeordnete Zielsetzung des Schulsports. Diese umfasst zwei Kompetenzbereiche, die in den Bewegungsfeldern des Sports zur Entfaltung kommen.

### **2.1 Prozessbezogene Kompetenzen**

Prozessbezogene Kompetenzen befähigen die Schülerinnen und Schüler , selbstbestimmt und eigenverantwortlich an der Bewegungs- und Sportkultur zu partizipieren.

Zum Erwerb dieser individuellen Handlungskompetenz werden Lernprozesse inszeniert, in denen die Schülerinnen und Schüler über Bewegung soziale und methodische Kompetenzen erwerben.

Schülerinnen und Schüler kommunizieren, argumentieren und reflektieren zu Bewegungshandlungen, Regeln und Abläufen. Sie nutzen motorische Handlungen, um sich und andere wahrzunehmen, Bewegungen zu gestalten sowie sich und ihren Körper zu präsentieren. Diese Herangehensweise ermöglicht es den Schülerinnen und Schülern zunehmend, situationsangepasst auf Bewegungsanforderungen zu reagieren und sich verantwortungsbewusst zu verhalten. Demnach können sie selbstständig sportlich agieren, Informationen verarbeiten und damit situativ angemessen handeln. Insgesamt tragen vielfältige Sporterfahrungen in einem prozessorientiert angelegten Sportunterricht zur Stärkung der Persönlichkeit und zur Selbstständigkeit bei.

### **2.2 Inhaltsbezogene Kompetenzen**

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen werden in den sieben Bewegungsfeldern konkretisiert. Hier sollen grundlegende motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten, Kenntnisse sowie Einstellungen und Haltungen erlangt werden, um in neuen Situationen erfolgreich handeln zu können.

Der Erwerb sportartübergreifender und sportartgerichteter koordinativer Fähigkeiten bilden den Schwerpunkt. Jedes Bewegungsfeld erfordert zudem die Schulung und den Aufbau motorischer und konditioneller Fähigkeiten, die das physische und psychische Wohlbefinden steigern.

Zudem wird durch den Erwerb dieser Kompetenzen eine positive Grundeinstellung zum lebenslangem Sporttreiben entwickelt.

( Siehe: „**Fachanforderungen** Sport Primarstufe/Grundschule“, 2020)

### **3. Bewegungsfelder und Kompetenzen des Sportunterrichts laut Fachanforderungen/GS**

Im Folgenden werden die Bewegungsfelder mit den Kompetenzen beschrieben. Der Schwerpunkt „sich fit halten“ überspannt alle Bewegungsfelder und wird deshalb integrativ vermittelt.

#### **3.1 Bewegungsfeld: Spielen**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler kennen unterschiedliche Spielmaterialien und können diese in Spielsituationen einsetzen; sie gestalten Spiele und entwickeln eigene Spielformen. Sie spielen fair.

- 3.1.1 kennen vielfältige Grundformen der Sportspiele
- 3.1.2 kooperieren im Spiel
- 3.1.3 leisten ihren Spielbeitrag im Mit- und Gegeneinander
- 3.1.4 beherrschen einfache Ballfertigkeiten
- 3.1.5 üben und reflektieren grundlegende Spieltaktiken
- 3.1.6 erwerben grundlegende Kenntnisse zu Strukturen der Sportspiele
- 3.1.7 kennen festgelegte Regeln und entwickeln die Bereitschaft, danach zu handeln
- 3.1.8 gestalten Regeln zu Spielideen
- 3.1.9 kommunizieren eigene Spielideen und argumentieren zu Lösungen bei Störungen
- 3.1.10 halten sich fit durch das Spiel
- 3.1.11 erwerben sportspielübergreifende koordinative und konditionelle Fähigkeiten
- 3.1.12 zeigen Anstrengungsbereitschaft und Ermüdungstoleranz im Spiel

#### **3.2 Bewegungsfeld: Turnen**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler vertrauen wechselnden Körperlagen im Raum sowie unterschiedlichen Geräten und Geräteanordnungen. Sie kennen und beherrschen turnerische und akrobatische Bewegungsformen und sind in der Lage, einander zu helfen.

- 3.2.1 gestalten und üben turnerische Grundtätigkeiten
- 3.2.2 nehmen neue und ungewohnte Körperpositionen an
- 3.2.3 reflektieren die subjektive Wahrnehmung des eigenen Körpers
- 3.2.4 zeigen die Bereitschaft, turnerische Handlungen zu vollziehen
- 3.2.5 können Körperspannung halten
- 3.2.6 erlernen und präsentieren erste turnerische Fertigkeiten in der Grobform
- 3.2.7 beherrschen die Kopfsteuerung beim Rollen und Drehen
- 3.2.8 kennen erste Übungskombinationen, die sie in kleinen Wettkämpfen zeigen
- 3.2.9 kooperieren beim Turnen
- 3.2.10 kommunizieren beim Auf- und Abbau

- 3.2.11 kennen den sachgerechten Umgang mit unterschiedlichen Turngeräten
- 3.2.12 halten sich fit mit und durch Turnen
- 3.2.13 erwerben koordinative und konditionelle Fähigkeiten durch und für das Turnen
- 3.2.14 zeigen Anstrengungsbereitschaft und Konzentration beim Turnen

### **3.3 Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler kennen und beherrschen elementare leichtathletische Bewegungsformen und stellen sich Herausforderungen in spielerischen Wettkämpfen.

- 3.3.1 erlernen und üben vielfältige leichtathletische Grundformen
- 3.3.2 erlernen einfache leichtathletische Fertigkeiten in der Grobform
- 3.3.3 nehmen Wettkampfformen als Herausforderung an
- 3.3.4 entwickeln ihre individuellen Leistungsmöglichkeiten
- 3.3.5 kooperieren bei Wettkämpfen und verarbeiten Sieg und Niederlage angemessen
- 3.3.6 können sicher und sachgerecht mit Geräten umgehen
- 3.3.7 verhalten sich sicherheitsbewusst
- 3.3.8 halten sich fit durch Laufen, Springen, Werfen
- 3.3.9 zeigen Anstrengungsbereitschaft und Ermüdungstoleranz

### **3.4 Bewegungsfeld: Schwimmen:**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler kennen Möglichkeiten und Gefahren des Bewegungsraums Wasser, sie bewältigen eine Schwimmtechnik in der Grobform sicher.

- 3.4.1 setzen sich mit dem Element Wasser fähigkeitsorientiert auseinander
- 3.4.2 erwerben erste Grundfertigkeiten des Schwimmens
- 3.4.3 können den Arm-, Bein- oder Körperantrieb mit der Atmung verbinden
- 3.4.4 können sich in unterschiedlichen Körperlagen fortbewegen und beim Antreiben die Lage wechseln: Bauch-, Seit-, Rückenlage
- 3.4.5 beherrschen eine ausgewählte Schwimmtechnik sicher in der Grobform
- 3.4.6 wissen, dass Schwimmen lebenserhaltend und gesundheitsfördernd ist
- 3.4.7 wenden Verhaltensregeln beim Schwimmen an
- 3.4.8 stellen Sicherheit am und im Wasser her
- 3.4.9 halten sich fit durch Schwimmen
- 3.4.10 zeigen Ermüdungstoleranz im Wasser

### **3.5 Bewegungsfeld: Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler sind in der Lage, Bewegungen an Rhythmen beziehungsweise Musik anzupassen, diese mit anderen zu gestalten und zu präsentieren.

- 3.5.1 erkunden und reflektieren rhythmische und tänzerische Grundformen
- 3.5.2 nehmen visuelle, taktile und auditive Reize wahr und setzen diese in Bewegung um
- 3.5.3 können sich mit einem Handgerät rhythmisch bewegen
- 3.5.4 können mittanzen und vortanzen
- 3.5.5 gestalten Tänze mit vorgegebenen Schritten
- 3.5.6 gestalten, improvisieren und präsentieren rhythmische Bewegungen
- 3.5.7 kommunizieren und kooperieren miteinander
- 3.5.8 halten sich fit durch rhythmische Bewegungen

### **3.6 Bewegungsfeld: Raufen und Ringen**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler können ihre Kräfte in unterschiedlichen Formen spielerisch-kämpferischer Auseinandersetzung erproben. Dabei sind sie sich eines fairen Mit- und Gegeneinanders und der Bedeutung von Regeln bewusst. Sie können Grenzen akzeptieren.

- 3.6.1 verfügen über motorische und affektive Grundlagen im Raufen und Ringen
- 3.6.2 bewältigen die psychischen Anforderungen beim Raufen und Ringen
- 3.6.3 wenden grundlegende Fertigkeiten des Raufens und Ringens an
- 3.6.4 kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen
- 3.6.5 halten Regeln beim Raufen und Ringen ein und reflektieren diese
- 3.6.6 wenden Rituale an
- 3.6.7 gehen mit Sieg und Niederlage angemessen um
- 3.6.8 halten sich fit durch Raufen und Ringen
- 3.6.9 können ihren Körper koordiniert einsetzen
- 3.6.10 aktivieren ausdauernd ihre Kraft

### **3.7 Bewegungsfeld :Rollen, Gleiten, Fahren**

**Übergeordnete Kompetenz:** Die Schülerinnen und Schüler regulieren ausgewählte bewegliche Sportgeräte und gehen verantwortungsbewusst mit dem eigenen Bewegungskönnen um.

- 3.7.1 verfügen über motorische Grundlagen zur Regulation beim Rollen, Gleiten und Fahren
- 3.7.2 nutzen unterschiedliche Roll-, Gleit- und Fahrgeräte
- 3.7.3 können sich mit verschiedenen Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien fortbewegen
- 3.7.4 erwerben Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens
- 3.7.5 regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit
- 3.7.6 kennen Regeln zum Umgang mit Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien
- 3.7.7 reflektieren eingeführte Regeln und halten diese ein
- 3.7.8 schätzen Geschwindigkeit und Risiken angemessen ein
- 3.7.9 helfen einander und kooperieren beim Rollen, Gleiten und Fahren
- 3.7.10 halten sich fit durch Rollen und Gleiten
- 3.7.11 zeigen Anstrengungsbereitschaft und Ermüdungstoleranz

| Schulinternes Curriculum Sport Klasse 1 |  |   |
|---|--|---|
| Zeit                                    | Thema  | Kompetenzen   |
| Block 1                                 | Kennenlernen der Sporthalle, Umkleideräume, Toiletten<br>Verhalten in der Turnhalle und in den Umkleideräumen<br>Regeln beim Sportunterricht<br><b>3.1. Spielen: (kleine Spiele)</b><br>Kennenlernspiele, Seitenwechselspiele, kooperative Spiele,<br><br><b>3.3 Laufen-Springen-Werfen</b><br>Vorbereitung/Durchführung Lauftag:<br>Erwerb des Laufabzeichens<br>Ausdauerlauftraining, Intervallläufe, Laufbiathlon,<br>Orientierungsläufe, Puzzelläufe   | 3.1.1,<br>3.1.2,3.1.3,<br>3.1.5, 3.1.7,<br>3.1.9, 3.1.10,<br>3.1.11, 3.1.12<br><br>3.3.1, 3.3.3,<br>3.3.4, 3.3.5<br>3.3.8, 3.3.9                              |
| Herbstferien                            |  |   |
| Block 2                                 | <b>3.1. Spielen</b><br>Kleine Ballspiele und Ballschulung<br>Methodische Übungsreihe zum Werfen und Fangen<br>(Einzel- und Partnerübungen mit verschiedenen Bällen)<br>Wurf- und Fangspiele<br><br><b>3.5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</b><br>Gymnastische Bewegungsformen mit und ohne Gerät<br>Weihnachtliche Kindertänze  | 3.1.1, 3.1.2,<br>3.1.3, 3.1.4,<br>3.1.7, 3.1.8,<br>3.1.9, 3.1.10,<br>3.1.11, 3.1.12<br><br>3.5.1, 3.5.2,<br>3.5.4, 3.5.5,<br>3.5.8                            |
| Weihnachtsferien                        |  |   |
| Block 3                                 | <b>3.2. Turnen</b><br>Rolle vorwärts und rückwärts von der schiefen Ebene,<br>Balancieren auf verschiedenen Unterlagen (Seiltänzer)<br>Geräteparcours, Matten-und Kastenbahn, Bockspringen,<br>Hockwende, Handstandschwinger,...   | 3.2.1, 3.2.2,<br>3.2.4, 3.2.5,<br>3.2.6, 3.2.7,   |
| Osterferien                             |  |   |
| Block 4                                 | <b>3.7 Rollen, Gleiten, Fahren</b><br>Vorbereitung auf den Rollbrettführerschein<br>Sicherheitsregeln<br>Eigenschaften des Rollbretts, Grundlegende Fertigkeiten<br>(beschleunigen, bremsen, lenken, Bewegungsrichtung ändern,<br>Spiele mit fahrenden Rollbrett, ... (siehe Leitfaden zu den<br>Fachanforderungen)<br><br><b>3.6 Raufen und Ringen</b><br>Regelkunde<br>Kampf- und Bewegungsspiele ohne Körperkontakt<br>Kampf- und Bewegungsspiele mit Körperkontakt<br>Partner- und Gruppenspiele | 3.7.1, 3.7.3,<br>3.7.4, 3.7.5,<br>3.7.6, 3.7.7,<br>3.7.8, 3.7.10,<br>3.7.11<br><br>3.6.1, 3.6.2,<br>3.6.3, 3.6.4,<br>3.6.5, 3.6.6,<br>3.6.7, 3.6.8,<br>3.6.10 |

|              |   |  |
|--------------|---|--|
|              | Sommerspiele<br>Übung an Stationen aus den im Sportunterricht behandelten<br>Bewegungsfeldern |  |
| Sommerferien |   |  |

### Hinweise

Sportlich faires Verhalten als Grundlage für Sport ( Regelbewusstsein), Reflexion der Unterrichtsinhalte und des Verhaltens, Belastungsteuerung nach individuellen Voraussetzungen, Bewegungsfreude entwickeln, Aufwärmphase-Hauptphase-Cooldownphase, motorisch ausreichende Belastung des Herz/Kreislaufsystems.



| <b>Schulinternes Curriculum Sport Klasse 2</b> |  |   |
|--|--|---|
| <b>Zeit</b>                                    | <b>Thema</b>   | <b>Kompetenzen</b>  |
| Block 1  | <p>Wiederholung der Hallenregeln und der Regeln im Unterricht</p> <p><b>3.3 Laufen, Springen, Werfen</b><br/>           Spiele und Übungsformen zur motorischen Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit/Koordination, Krafttraining an Gerätestationen/Geräteparcours, Schwingen an Tauen und Ringen<br/>           Übungen im Stationsbereich<br/>           Übungen mit Kleingerät ( Bälle, Reifen, Seile, Indiakas,...)<br/>           Vorbereitung/Durchführung Lauftag:<br/>           Erwerb des Laufabzeichens<br/>           Ausdauerlauftraining, Intervallläufe, Laufbiathlon, Orientierungsläufe, Puzzelläufe</p> <p><b>3.1. Spielen</b><br/>           Einführung in das große Sportspiel Fußball<br/>           Methodische Übungsreihen zum Passen/Stoppen, Schießen und Dribbeln<br/>           Wiederholung und Vertiefung/Erweiterung der Spielformen aus Klassenstufe 1 (Hütchenball, Merkball, Tschoukball, Floorball,...)</p> | <p>3.1.1, 3.3.2, 3.3.4, 3.3.5, 3.3.6, 3.3.8, 3.3.9,</p> <p>3.1.1, 3.1.2, 3.1.3, 3.1.4, 3.1.6, 3.1.7, 3.1.10, 3.1.11, 3.1.12</p>               |
| <b>Herbstferien</b>                            |  |   |
| Block 2  | <p><b>3.2 Turnen</b><br/>           Wiederholung und Vertiefung der turnerischen Fertigkeiten aus Klassenstufe 1<br/>           Einführung des Turngerätes „Reck“ und „Kasten“, Absprung Felgabzug, Hockwende und Aufhocken</p> <p><b>3.5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</b><br/>           Vertiefung und Erweiterung der gymnastischen Bewegungsformen mit und ohne Gerät<br/>           Weihnachtliche Kindertänze</p>  | <p>3.2.1, 3.2.2, 3.2.4, 3.2.5, 3.2.6, 3.2.7, 3.2.10</p> <p>3.5.1, 3.5.3, 3.5.4, 3.5.5, 3.5.7, 3.5.8</p>                                       |
| <b>Weihnachtsferien</b>                        |  |   |
| Block 3  | <p><b>3.1 Spielen</b><br/>           Kooperative Spiele im Stationsbereich, Fallschirmspiele, Tickspiele, Seitenwechselspiele,...</p> <p><b>3.6 Raufen und Ringen</b><br/>           Wiederholung und Vertiefung der Unterrichtsinhalte aus Klassenstufe 1</p>   | <p>3.1.1, 3.1.2, 3.1.3, 3.1.7, 3.1.9, 3.1.10, 3.1.11, 3.1.12</p> <p>3.6.1, 3.6.2, 3.6.3, 3.6.4, 3.6.5, 3.6.6, 3.6.7, 3.6.8, 3.6.9, 3.6.10</p> |
| <b>Osterferien</b>                             |  |   |
| Block 4  | <b>3.3 Laufen, Springen, Werfen</b>  |   |

|              |   |   |
|--------------|---|---|
|              | Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele Sommer:<br>Weitwurf (Bewegungsablauf des Armes, Weit- und<br>Zielwurfstationen), Sprint (Staffelspiele/Pendelstaffeln, Start-<br>und Zielvorgang) Weitsprung (Anlauf- und Abwurfgestaltung,<br>Haltung in der Luft und Landung, Üben an Stationen), Üben<br>auf dem Sportplatz<br>Bundesjugendspiele Sommer | 3.3.1, 3.3.2,<br>3.3.3, 3.3.4,<br>3.3.5, 3.3.6,<br>3.3.7, 3.3.8,<br>3.3.9 |
| Sommerferien |   |   |

### Hinweise

Individuelle Belastungssteuerung , Anwendung des korrekten Griffes beim Reckturnen (Ristgriff), beidbeiniger Absprung vom Reutherbrett, Vorbereitung auf Lauftag möglichst draußen durchführen (Waldläufe), Kooperative Spiele mit sozialer Interaktion ohne Wettkampfcharakter.

| Schulinternes Curriculum Sport Klasse 3 |  |  |
|---|--|--|
| Zeit                                    | Thema  | Kompetenzen  |
| Block 1                                 | <p><b>3.4 Schwimmen</b><br/> Verhalten/Regeln auf dem Weg zur Schwimmhalle, in der Umkleide, in den Duschräumen, in der Schwimmhalle (Becken), Badekleidung, Baderegeln<br/> Nichtschwimmer: Ziel: Beherrschung der Schwimmbewegungen in der Grobform<br/> Wassergewöhnung, Wasservertrautheit, Wassererfahrung<br/> Die Eigenschaften des Wassers (Auftrieb) für das sichere Bewegen im Wasser nutzen<br/> Übungen und Spielformen<br/> Halbschwimmer: Ziel: Erwerb des Frühschwimmerabzeichens „Seepferdchen“<br/> Brust- und Rückentechnik, Kraulen, Atemtechnik, Ringetauchen, Tauchspiele im flachen Wasser, Sprünge vom Beckenrand,<br/> 25m schwimmen<br/> Schwimmer: Ziel: Erwerb der Jugendschwimmabzeichen in Bronze, Silber und Gold)<br/> Schulung der Schwimmtechniken Brust, Rücken, Kraulschwimmen, Tauchen, Sprung vom 1m Brett</p> <p><b>3.3 Laufen-Springen-Werfen</b><br/> Vorbereitung/Durchführung Lauftag:<br/> Erwerb des Laufabzeichens<br/> Ausdauerlauftraining, Intervallläufe, Laufbiathlon, Orientierungsläufe, Puzzelläufe</p> <p><b>3.1 Spielen</b><br/> Wurf- und Fangtechniken weiterentwickeln<br/> (Völkerball, Brennball, Hütchenball, Ball über die Schnur,...)</p> | <p>3.4.1, 3.4.2,<br/> 3.4.3, 3.4.4,<br/> 3.4.5, 3.4.6,<br/> 3.4.7, 3.4.8,<br/> 3.4.9, 3.10</p> <p>3.3.1, 3.3.2,<br/> 3.3.3, 3.3.4,<br/> 3.3.5, 3.3.8,<br/> 3.3.9</p> <p>3.3.1, 3.1.2,<br/> 3.1.3, 3.1.4,<br/> 3.1.5, 3.1.6,<br/> 3.1.7, 3.1.8,<br/> 3.1.9, 3.1.10,<br/> 3.1.11, 3.1.12</p> |
| Herbstferien                            |  |  |
| Block 2                                 | <p><b>3.1 Spielen</b><br/> Basketball<br/> Methodische Übungsreihe zum Sportspiel Basketball (Grundfertigkeiten lernen)<br/> Fangen, passen, dribbeln, Korbwurf,...</p> <p>MOBAK : Test zur Erfassung Motorischer Basiskompetenzen</p>   | <p>3.1.1, 3.1.2,<br/> 3.1.3, 3.1.4,<br/> 3.1.5, 3.1.6,<br/> 3.1.7, 3.1.8,<br/> 3.1.9, 3.1.10,<br/> 3.1.11, 3.1.12</p>  |

|                  |  |  |
|------------------|--|--|
|                  | <b>3.5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</b><br>Aerobic:<br>Rhythmische Bewegungen in der Gruppe zu motivierender Musik<br>Freies Bewegen im Einklang mit rhythmischer Musik  | 3.5.8, 3.5.4, 3.5.6  |
| Weihnachtsferien |  |  |
| Block 3          | <b>3.2. Turnen</b><br>Wiederholung und Vertiefung der turnerischen Fertigkeiten aus Klassenstufe 2<br>Bodenturnen: Rollen in Verbindung mit Strecksprüngen und Drehung, Radwende, Handstandabrollen<br>Sprung: (Stützsprünge), Bocksprünge, Aufhocken, Hockwende, Hocke<br>Reck: Felgabzug, Unterschwing, methodische Übungsreihe zum Aufschwung<br>Bundesjugendspiele Winter<br><b>3.6 Raufen und Ringen</b><br>Erweiterung der Unterrichtsinhalte<br>Spielerische Zweikampfübungen zur Gleichgewichtsschulung, Geschicklichkeit, Körperwahrnehmung<br>Kampf auf der Linie, Insel Duell, Rückenduell,... (siehe Leitfaden zu den Fachanforderungen) | 3.2.1, 3.2.2, 3.2.3, 3.2.4, 3.2.5, 3.2.7, 3.2.8, 3.2.9, 3.2.10<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>3.6.1, 3.6.2, 3.6.4, 3.6.5, 3.6.6, 3.6.7, 3.6.8, 3.6.9, 3.6.10 |
| Osterferien      |  |  |
| Block 4          | <b>3.7 Rollen, Gleiten, Fahren</b><br>Rollbrettführerschein erwerben<br>Übungen und Spiele<br>Aufgaben an Stationen,... (siehe Leitfaden zu den Fachanforderungen)<br><br><b>3.3 Laufen, Springen, Werfen</b><br>Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele Sommer:<br>Weitwurf (Bewegungsablauf des Armes, Weit- und Zielwurfstationen), Sprint (Staffelspiele/Pendelstaffeln, Start- und Zielvorgang) Weitsprung (Anlauf- und Abwurfgestaltung, Haltung in der Luft und Landung, Üben an Stationen), Üben auf dem Sportplatz<br>Bundesjugendspiele Sommer   | 3.7.1, 3.7.2, 3.7.3, 3.7.5, 3.7.6, 3.7.7, 3.7.8, 3.7.9, 3.7.10, 3.7.11<br><br><br><br><br><br><br>3.3.1, 3.3.2, 3.3.3, 3.3.4, 3.3.5, 3.3.6, 3.3.7, 3.3.8, 3.3.9      |
| Sommerferien     |  |  |

### Hinweise

Beachtung und Anwendung der Verhaltensregeln beim Schwimmen. Bade- und Schwimmregeln kennen. Vielfältige Bewegungserfahrungen im Wasser sammeln. Sicherheitsregeln beim Rollbrettfahren einhalten. Hilfestellung/Sicherheit beim Turnen.

| <b>Schulinternes Curriculum Sport Klasse 4</b> |  |  |
|--|--|--|
| Zeit   | Thema  | Kompetenzen  |
| Block 1  | <b>3.3 Laufen-Springen-Werfen</b><br>Vorbereitung/Durchführung Lauftag:<br>Erwerb des Laufabzeichens<br>Ausdauerlauftraining, Intervallläufe, Laufbiathlon,<br>Orientierungsläufe, Puzzeläufe<br><br><b>3.1 Spielen</b><br>Fußball/Futsal (Grundfertigkeiten lernen)<br>Einzel- und Partnerübungen zum Dribbeln, (Slalom), Passen<br>und Torschussübungen<br>Spiele mit vereinfachtem Regelwerk, Regelkunde<br>„Mini Futsaltturnier“   | 3.3.1, 3.3.2,<br>3.3.3, 3.3.4,<br>3.3.5, 3.3.8,<br>3.3.9<br><br>3.1.1, 3.1.2,<br>3.1.3, 3.1.4,<br>3.1.5, 3.1.6,<br>3.1.7, 3.1.9,<br>3.1.10, 3.1.11,<br>3.1.12        |
| Herbstferien                                   |  |  |
| Block 2  | <b>3.6 Raufen und Ringen</b><br>Spiel- und Übungsformen zum Kämpfen<br>Blindenführer, Sandwichspiel, Gassenlauf,...<br>(Siehe Leitfaden zu den Fachanforderungen)<br><br><b>3.7 Rollen, Gleiten, Fahren</b><br>Skating- Führerschein erwerben<br>Grundfertigkeiten des Inlineskatens erwerben<br>Materialkunde Schutzausrüstung/Sicherheit,...<br>Spiel- und Übungsformen<br>( Siehe Leitfaden zu den Fachanforderungen)               | 3.6.1, 3.6.2,<br>3.6.4, 3.6.5,<br>3.6.6, 3.6.7,<br>3.6.8, 3.6.9,<br>3.6.10<br><br>3.7.1, 3.7.2,<br>3.7.3, 3.7.5,<br>3.7.6, 3.7.7,<br>3.7.8, 3.7.9,<br>3.7.10, 3.7.11 |
| Weihnachtsferien                               |  |  |
| Block 3  | <b>3.2. Turnen</b><br>Wiederholung und Vertiefung der turnerischen Fertigkeiten<br>aus Klassenstufe 3<br>Bodenturnen: Rollen in Verbindung mit Strecksprüngen und<br>Drehung, Radwende, Handstandabrollen<br>Sprung: (Stützsprünge), Bocksprünge, Aufhocken, Hockwende,<br>Hocke<br>Reck: Felgabzug, Unterschwing, methodische Übungsreihe<br>zum Aufschwung, Felgumschwung-Niedersprung-<br>Unterschwing<br>Bundesjugendspiele Winter | 3.2.1, 3.2.2,<br>3.2.3, 3.2.4,<br>3.2.5, 3.2.7,<br>3.2.8, 3.2.9,<br>3.2.10   |
| Osterferien                                    |  |  |
| Block 4  | <b>3.1. Spielen</b><br>Basketball/Streetball<br>Wiederholung und Übung aus Klassenstufe 3<br>Fangen, Passen (Druckwurf), Dribbeln, Korbwurf,...<br>Spiele mit vereinfachtem Regelwerk (Regelkunde)   | 3.1.2, 3.1.3,<br>3.1.5, 3.1.6,<br>3.1.7, 3.1.10,<br>3.1.11, 3.1.12   |

|              |   |  |
|--------------|---|--|
|              | „Mini Basketballturnier<br><br><b>3.3 Laufen, Springen, Werfen</b><br>Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele Sommer:<br>Weitwurf (Bewegungsablauf des Armes, Weit- und<br>Zielwurfstationen) Powerball, Sprint<br>(Staffelspiele/Pendelstaffeln, Start-und Zielvorgang)<br>Weitsprung (Anlauf- und Abwurfgestaltung, Haltung in der<br>Luft und Landung, Üben an Stationen), Üben auf dem<br>Sportplatz<br>Bundesjugendspiele Sommer | 3.3.1, 3.3.2,<br>3.3.3, 3.3.4,<br>3.3.5, 3.3.8,<br>3.3.9 |
| Sommerferien |   |  |

### Hinweise

Futsal anstatt Fußball verwenden, Spielstrategien verbalisieren lassen und Spiel reflektieren.  
 Geregeltes und spielerisches Messen der Kräfte beim Raufen und Ringen. Basketballkörbe auf verschiedenen Höhen einsetzen.