

Kern- und Schulcurriculum Fach Sport Klassenstufe 5 / 6

Handlungsfelder	Kompetenzen	Inhalte
	<p>1. Grundform der Bewegung</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Wissen • Wahrnehmung • Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • in den Bereichen: <ul style="list-style-type: none"> • Laufen • Springen • Werfen • Koordination <p>die fundamentalen Bewegungen ausführen und altersgemäß disziplinspezifische Fertigkeiten in Variationen und unterschiedlichen Situationen anwenden.</p>	<p>Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> • in unterschiedlichen Tempi • über Hindernisse • im Gelände, in der Halle • nach Musik und Rhythmus • Kurzstreckenlauf (Hoch-, Tiefstart) • Staffeln, Reaktionsspiele • Lebensalter in Minuten laufen <p>Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprünge in rhythmischen und Ausführungsvariationen • Springen mit dem Seil und dem Reifen • Einführung Schrittwertsprung (Kl.5) • Einführung einer Hochsprungtechnik(Kl.6) (keine spezielle Technik) • Schwerpunkt: Anlauf-, Absprungkoordination <p>Werfen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Würfe in verschiedenen Techniken • Würfe mit verschiedenen Wurfgeräten
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Wahrnehmung • Kooperation • Verantwortung • Kreativität • Erlebnis • Wagnis 	<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Geräte überwinden, darauf balancieren und sich darauf stützen und in ihrer natürlichen Umgebung hangeln, klettern, schwingen und hängen. • Übungen zur Koordination ausführen. 	<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende und vielseitige Bewegungen aus dem normfreien Turnen • Turnen und klettern an Gerätebahnen und Gerätekombinationen • Geräteparcours
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Leistung • Verantwortung • Kooperation • Wissen • Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • die fundamentalen Grundformen wie Auf- und Umschwingen, Rollen, Springen, Überschlagen in altersgemäßen Formen ausführen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Boden (Kl.5) • Rolle vw und Rolle rw In unterschiedlichen Ausgangs- und Endpositionen • aufschwingen in den Handstand • Handstützüberschlag seitwärts (Rad) mit Anlauf und Hopser • Sprung (Kl.6) • Hockwende und Hocke • Sprunggrätsche über den Bock • Barren (Kl.5) • schwingen im Stütz • Kehre und Wende • Rolle vw

		<ul style="list-style-type: none"> • Reck/Stufenbarren (Kl.6) • Sprung in den Stütz • Hüftaufschwung • Unterschwingung • Schwebebalken/Langbank (Kl.5) • Grundformen des Gehens, Laufens, Federns und Springens und Drehens
<ul style="list-style-type: none"> • Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • variantenreich, kontrolliert und sicher rollen und fallen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fallübungen, Fallschule
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Kreativität • Wahrnehmung 	tauchen, gleiten, schweben, springen.	<ul style="list-style-type: none"> • Schulung der grundlegenden Fähigkeiten und Fertigkeiten • spielerische Formen in allen Schwimmmarten • springen in spielerischer Form
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Wissen 	<ul style="list-style-type: none"> • zwei Schwimmmarten in Grobform ausführen. 	<ul style="list-style-type: none"> • festigen des Brustschwimmens • Start • Einführung des Kraul- oder Rückenkraultschwimmens
<ul style="list-style-type: none"> • Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • schnell schwimmen und sich ausdauernd im Wasser bewegen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerschwimmen (ca. 15 Minuten) • Zeitschwimmen (50m/25m)
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Wissen • - Kreativität 	<ul style="list-style-type: none"> • sich rhythmisch, dynamisch und raumorientiert mit Partner/Partnerin oder Gruppe sowohl mit als auch ohne Gerät bewegen. 	<ul style="list-style-type: none"> • gymnastische Grundformen mit und ohne Musik • kleine Bewegungsverbindungen • Grundformen der Handgeräte Seil und Reifen
<ul style="list-style-type: none"> • Bewegung • Kreativität • Kooperation • Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Bewegungsverbindungen mitgestalten und gemeinsam darbieten. 	<ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungsaufgaben • Partner-, Gruppen und Synchronturnen
<ul style="list-style-type: none"> • Verantwortung 	<ul style="list-style-type: none"> • aus der Auseinandersetzung mit einem Partner zum Beispiel bei Zieh-, Kampf- oder Raufspielen vielfältige Erfahrungen gewinnen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Schiebe- und Ziehwettkämpfe
	<p style="text-align: center;">2. Spielen – Spiel</p> <p style="text-align: center;">Die Schülerinnen und Schüler können</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Kooperation • Konkurrenz • Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • die bisher erworbenen spielspezifischen Fertigkeiten in verfeinerter Form ausführen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Weiterentwicklung von Technik und Taktik individuell und in Kleinfeldspielen • Entwicklung der allgemeinen Spielfähigkeit
<ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Spielsituationen 	<ul style="list-style-type: none"> • erfassen der Spielidee beim Spielen in

<ul style="list-style-type: none"> • Wissen • Kooperation • Konkurrenz 	erkennen und angemessen handeln.	<p>Grundsituationen (Lücken erkennen,</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lücken schließen, Körbe/Tore/Punkte erzielen – verhindern). • sich freilaufen und anbieten
<ul style="list-style-type: none"> • Wissen • Wahrnehmung • Kooperation • Konkurrenz 	<ul style="list-style-type: none"> • spielspezifische Handlungen in Angriff und Abwehr realisieren. 	<ul style="list-style-type: none"> • Schulung des zielgerichteten mannschaftlichen Zusammenspiels
<ul style="list-style-type: none"> • Kooperation • Konkurrenz 	<ul style="list-style-type: none"> • mit- und gegeneinander spielen, Spielregeln verstehen, entwickeln und akzeptieren. 	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Parteiballspiele • Überzahlspiele im Angriff • Manndeckung als Verteidigungsprinzip
<ul style="list-style-type: none"> • Verantwortung • Kooperation • Wissen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiele mit vereinfachtem Regelwerk mit und ohne Schiedsrichter organisieren. 	<ul style="list-style-type: none"> • an vereinbarte Regeln halten • Fairplay
<ul style="list-style-type: none"> • Kreativität • Soziale • Kompetenz 	<ul style="list-style-type: none"> • eigene Spiele erfinden und diese auf ihre Bedürfnisse abändern. 	<ul style="list-style-type: none"> • kleine Spiele gestalten und verändern
	<p>3. Fitness und Gesundheit</p> <p>Die Schülerinnen und Schüler können</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Wissen 	<ul style="list-style-type: none"> • die grundlegenden hygienischen Maßnahmen im Sport anwenden und wissen um die Notwendigkeit sportgerechter Bekleidung. 	<ul style="list-style-type: none"> • Informationen an Schüler und Eltern
<ul style="list-style-type: none"> • Wissen • Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • Körpersignale und -reaktionen deuten. 	<ul style="list-style-type: none"> • wecken des Körper- und Gesundheitsbewusstseins • Haltungsschulung • Ganzkörperkräftigung • Beweglichkeitsschulung • Pulsmessungen
<ul style="list-style-type: none"> • Wissen • Wahrnehmung 	<ul style="list-style-type: none"> • den Zusammenhang zwischen Belastung/Anspannung und Erholung/Entspannung erkennen und diese Erkenntnisse in ihrem sportlichen Handeln anwenden. 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau von Körperspannung • Entspannungsübungen • Zirkel-Training
<ul style="list-style-type: none"> • Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • eine ausdauernde Belastung zeitlich einteilen und durchhalten. 	<ul style="list-style-type: none"> • ausdauernd laufen • ausdauernd schwimmen mit aerober Energiebereitstellung
<ul style="list-style-type: none"> • Leistung • Wissen 	<ul style="list-style-type: none"> • ihre verbesserte Fitness feststellen. 	<ul style="list-style-type: none"> • altersgemäße Feststellung von Leistungssteigerungen

Schulcurriculum Fach Sport Klassenstufe 5 / 6

1. Spiel und Sport als soziales Erlebnis

- Life-time
- Gesundheit
- Ausgleich
- Freizeit

Inhalte: z.B. Inliner, Mountain-Biking, Tennis, Rugby, Baseball, Schwimmen, Skifahren

2. Leistungsorientierten Schülerinnen und Schülern sollte ein schulsportliches Freizeit- und Wettkampfangebot ermöglicht werden. Hierfür sind die personellen und zeitlich – räumlichen Voraussetzungen zu schaffen.