

Kerncurriculum

Erwartete Kompetenzen im Fach Sport der Eichendorffschule

2007

Lernfeld: Spielen

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Allgemeine Spielfähigkeit			
<ul style="list-style-type: none"> • eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen • Spielregeln vereinbaren und einhalten • Miteinander und gegeneinander fair spielen 	Kleine Spiele mit dem Ball z. B. "Ball unter die Schnur"	<ul style="list-style-type: none"> • eine Rolle im Spiel mannschaftsdienlich ausfüllen • mit Sieg u. Niederlage wertschätzend umgehen und Fairnessrituale praktizieren • Mannschaften nach Zufalls-Auswahl- u. Zuwahlverfahren bilden u. bewerten 	Kleine Mannschaftsspiele ("Ball über die Schnur", "Wer den Ball hat, wird gefangen") Kleine Mannschaftsspiele (Völkerball, Kastenball)
Spielformbezogene Spielfähigkeit			
		<ul style="list-style-type: none"> • ein großes. Ballspiel in vereinfachter Form regelgerecht spielen • Bälle und Schläger im Spiel sachgerecht nutzen 	Handball mit stark vereinfachten Regeln

Lernfeld: Turnen u. Bewegungskünste

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Turnerische Bewegungsformen erlernen			
<ul style="list-style-type: none"> eine Rolle vorwärts aus dem Stand turnen 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> zwei erlernte Bewegungsformen im Boden- und Geräteturnen verbinden und flüssig präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> Flugrolle, Strecksprung, Rolle vorwärts Reck: Stütz, Felgabzug, Unterschwingung
Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren			
<ul style="list-style-type: none"> aus unterschiedlichen Höhen im kontrollierte Niedersprung beidbeinig sicher landen 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungsherausforderungen des Fliegen oder Über- Kopf- Seins oder des schnellen Drehens kontrolliert bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> Reck: Aufschwung, Stütz, Rückschwung in den Stand mit halber Drehung
Das Körpergewicht halten und stützen			
<ul style="list-style-type: none"> Handstütz an der Wand hoch laufen, halten seitlich (Hände) fortbewegen, hangeln / Stütz am Barren 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Handstütz an der Wand hoch laufen, halten seitlich (Hände) fortbewegen einen Stützsprung mit Anlauf sicher über ein Gerät turnen 	<ul style="list-style-type: none"> Stütz am Barren Bock: Grätsche, Kasten: Hockwende
Mit Wagnis und Risiko selbstsicher umgehen			
<ul style="list-style-type: none"> Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen (Klettern, Hangeln, Balancieren, Schwingen und Springen) selbstsicher überwinden 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Im Team Geräte aufgabengerecht aufbauen und auf Sicherheit achten 	<ul style="list-style-type: none">
Akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren			
<ul style="list-style-type: none"> mit Tüchern und Tellern jonglieren 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Mit Partner 	<ul style="list-style-type: none"> Pyramiden bauen
Geräte benennen und sachgerecht auf – und abbauen			
<ul style="list-style-type: none"> Geräte nach Aufbauplänen o. Ä. aufbauen 			

Lernfeld: Gymnastisch, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen			
<ul style="list-style-type: none"> • im Hopslerlauf (langsam / schnell) unterschiedliche Raumwege zurücklegen • sich nach einem eindeutigen Takt bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegen nach Musik 	<ul style="list-style-type: none"> • einen Kinder- oder Trendtanz in der Gruppe tanzen und präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> •
Bewegungen mit und ohne Handgerät gestalten			
<ul style="list-style-type: none"> • Seilspringen (einfach) • Froschhüpfen usw. 	<ul style="list-style-type: none"> • Seilspringen (laufen und federn am Platz, vor und rück, auf einem Bein) • sich pantomimisch in unterschiedl. Rollen erkennbar fortbewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • themen- und / oder musikbezogen Bewegungen improvisieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegen nach Musik

Lernfeld: Laufen, Springen, Werfen

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen			
<ul style="list-style-type: none"> • schnell laufen und Gegenständen und Personen ausweichen 	<ul style="list-style-type: none"> • Laufspiele mit Bewegungsaufgaben • 	<ul style="list-style-type: none"> • mind. 20 min Dauerlauf 	<ul style="list-style-type: none"> • Dauerlauf • Schulung des Zeitgefühls beim Lauf • Dauerlaufen (Viereckslauf)
Körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen			
<ul style="list-style-type: none"> • unterscheiden zwischen ruhigem und beschleunigtem Puls (Anstrengung) 	<ul style="list-style-type: none"> • Puls, Schwitzen, Atmung, Seitenstiche 	<ul style="list-style-type: none"> • körperliche Reaktion beim Laufen erfahren 	<ul style="list-style-type: none"> • Puls, Schwitzen, Atmung, Seitenstiche
In die Weite und Höhe springen			
<ul style="list-style-type: none"> • mit Anlauf auf einer Rampe hochweit springen und sicher landen 	<ul style="list-style-type: none"> • Vielfältiges Springen und Landen 	<ul style="list-style-type: none"> • Eine Anlauf effektiv für einen Sprung in die Weite umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Weitsprung aus einem Absprungraum mit Anlauf • Verbessern der Laufschnelligkeit durch Laufspiele
Mit unterschiedlichen Bällen werfen			
<ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Bälle einhändig gegen die Wand werfen und den abprallenden Ball auffangen 	<ul style="list-style-type: none"> • Werfen und Fangen mit verschiedenen Bällen 	<ul style="list-style-type: none"> • einen kleinen Ball mit Schlagwurftechnik in die Weite werfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zielwürfe mit dem Schlagball • Weitwerfen mit dem Schlagball aus dem Anlauf • Weitwerfen aus dem Stand mit Kernwurf
jährliches Sport- und Spielfest			

Lernfeld: Bewegen mit rollenden und gleitenden Geräten:

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Das dynamische Gleichgewicht halten			
<ul style="list-style-type: none"> auf einem Rollbrett nach der Beschleunigung bis zum Ausrollen das Gleichgewicht halten 	<ul style="list-style-type: none"> mit Rollbrett anlaufen, aufknien, ausrollen 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none">
Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren			
<ul style="list-style-type: none"> auf dem Roller sich kontrolliert fortbewegen, gezielte Richtungsänderung und bremsen 	<ul style="list-style-type: none"> Übungen mit dem Roller in einem Geräteparcours 	<ul style="list-style-type: none"> mit Fahrrad und Roller einen Geräteparcours bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> Übungen für Fahrradprüfung

Lernfeld: Kräfte messen und miteinander kämpfen

Ende 2. Klasse	Vorschläge	Ende 4. Klasse	Vorschläge
Fair kämpfen			
<ul style="list-style-type: none"> Regel beim Kräfte messen festlegen und einhalten 	<ul style="list-style-type: none"> Hahnenkampf 	<ul style="list-style-type: none"> Standard des 2. Jg. halten und Fairnessrituale etablieren Schiedsrichter übernehmen 	<ul style="list-style-type: none"> Partner vom Weichboden drängen Hahnenkampf mit Schiedsrichter
Eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen			
<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> beim Rangeln und Ringen sowohl in die Rolle des Angreifers als auch des Verteidigers klug und geschickt kämpfen 	<ul style="list-style-type: none">
Emotionen spüren und beherrschen			
<ul style="list-style-type: none"> wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen 	<ul style="list-style-type: none"> 	<ul style="list-style-type: none"> Standard des 2. Jg. in schwierigen Situationen halten 	<ul style="list-style-type: none">

Lernfeld: Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen:

Kompetenzen	Ende 4. Klasse Eichendorffschule 3. Klasse	Vorschläge
Die Eigenschaften des Wassers für das sichere Bewegen im Wasser nutzen	<ul style="list-style-type: none">• Hockschwebe und Sinkschwebe im steh - tiefen Wasser	<ul style="list-style-type: none">• Wassergewöhnung und Gleitübungen
Sich schwimmend im Wasser fortbewegen	<ul style="list-style-type: none">• 5 min. im tiefen Wasser vorwärts und rückwärts schwimmen (beliebige Schwimmart)	<ul style="list-style-type: none">• 8 - Bahnen Brustschwimmen (16 Bahnen , davon 4 Bahnen Rücken)
Tauchen und Springen	<ul style="list-style-type: none">• 2 unterschiedliche Sprünge (Startblock oder Einmeterbrett)• durch einen Reifen gestreckt gleiten (Fußabstoß unter Wasser)	<ul style="list-style-type: none">• Sprung vom Einmeterbrett• einen Ring aus 2 m - Tiefe holen
Öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen	<ul style="list-style-type: none">• hygienisch Maßnahmen umsetzen• Baderegeln erklären und einhalten	<ul style="list-style-type: none">• Baderegeltest vor Beginn des Schwimmunterrichts