

Curriculum 1./2. Klasse

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/ideen
<p>Spiele</p> <p>1./2. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen -Spielregeln vereinbaren und einhalten -miteinander und gegeneinander fair spielen -frei spielen können Spielideen entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> -Ticker- / Fangspiele -einfache Laufspiele -einfache Ballspiele -Kooperationsspiele -Übungen zur Orientierung auf dem Spielfeld 	<ul style="list-style-type: none"> - Ketten-, Brückentick - Spiegeltick - Chinesische Mauer - Hase und Jäger - Spiegeltick - Linientick - Fischer, Fischer,.. - Puzzlelauf - Häuser suchen - Feuer, Wasser, Sturm - Haltet das Feld frei - Schätze stehen (Hütchenspiel) - Vampirtick - Tigerball

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/ -ideen
<p>Laufen, Springen, Werfen</p> <p>1./2. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Laufarten - rhythmisches Laufen -hoch und weit springen -Stemmschritt, - richtige Wurfhaltung -sachgerechter Umgang mit den entsprechenden Geräten (Wurfball, Weichbodenmatte, Sprungbrett) 	<ul style="list-style-type: none"> - vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten erfahren - Weitsprung - Weitwurftechnik (Einarmig ohne Anlauf) - Ausdauerlauf - zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden 	<ul style="list-style-type: none"> -langsam laufen, schnell laufen -Laufen durch einen Parcours -Transportstaffel -Zeitschätzspiele (1 Min. laufen) -aus einem Anlauf von einem Sprungbrett über ein Hindernis auf eine dicke Matte springen <p>(alternative) Bundesjugendspiele -Lauftag</p>

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/ideen
Turnen 1./2. Klasse	<ul style="list-style-type: none"> -Körperspannung neue und ungewohnte Körperpositionen einnehmen -koordinative und konditionelle turnerische Fähigkeiten erlernen und ausbauen -Geräte benennen, aufbauen und transportieren 	<ul style="list-style-type: none"> -Sprünge von und über verschiedene Geräte -Balancieren -Schaukeln und -Schwingen -Klettern -Rolle vorwärts -Handstütz -am Barren stützen -Tücher jonglieren - Aufbaupläne umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> -Geräte -Bewegungslandschaften -Abenteuerturnen (Zirkus, Dschungel, Piraten...) -Stationen -Mattentransportspiel

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</p> <p>1. / 2. Klasse</p>	<p>- Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen - Bewegungen mit/ohne Handgeräte gestalten</p>	<p>-sich nach einem Takt (Trommel) entsprechend bewegen -sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen -einfache Formen des Seilspringen -rhythmisches Bewegen mit Reifen, Bändern -Bewegung zu Musik</p>	<p>-Bewegen wie Tiere - Bewegungsgeschichten -Kindertänze, Stopptanz -gehen, federn, hüpfen, springen, laufen, drehen und schwingen</p>

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Raufen und Ringen</p> <p>1./2. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Regeln festlegen und einhalten -Emotionen beherrschen -wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen 	<ul style="list-style-type: none"> -Spiele zur Überwindung von Berührungängsten mit viel Körperkontakt -Rangelspiele -Kämpfe um Gegenstände -Balancekampf -Rituale festigen: Begrüßung, Verabschiedung 	<ul style="list-style-type: none"> -Krankenhausticker -Zieh- und Schiebekämpfe -Rücken an Rücken -Hahnenkampf -Medizinballziehen -Mattenkämpfe -Ringkämpfe -Schildkröten umdrehen - Schubkarre -Kämpfen an Stationen unter verschiedenen Aufgabenstellungen

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Rollen, Gleiten, Fahren</p> <p>1./2. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Kennenlernen, der Regeln für den Umgang mit den Geräten (Rollbrettparkplatz) - Erwerb von Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens -dynamisches Gleichgewicht halten können -Sicherer Umgang mit Geräten 	<ul style="list-style-type: none"> - mit einem rollenden oder gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen 	<ul style="list-style-type: none"> - Rollbrettführerschein - Rollbrettparcours - Rutschen/Gleiten mit Hilfe der Taue - Freies Bewegen im offenen Anfang

Curriculum 3./4. Klasse

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Spiele</p> <p>3./4. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -vorgegebene Spielideen regelkonform umsetzen -einfache Ballfertigkeiten und Ballspiele beherrschen miteinander und gegeneinander fair spielen kooperieren im Spiel Spielideen- und Spielregeln entwickeln 	<ul style="list-style-type: none"> -Kooperationsspiele -Brennball (auch alternative Möglichkeiten) -Begrifflichkeit- „Spiel der Nationen“ =Völkerball) -Wurfübungen -Fangübungen -Schießübungen -Dribbel- und Prellübungen -Spielformen zum Fußball/ Handball/ Hockey, Kastenball -Mobak-Testung 3. Jg 	<ul style="list-style-type: none"> - Linienlauf - Atomspiel - Affenhospital - Schätze klauen - Zahlenfußball - Gefängnistick - Abbacken(frei nach Reihenfolge) - Burgball - Kastenball - Ball über die Schnur - Hockey - Dutchball - Zahlenfußball - Kegelfußball

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/ -ideen
<p>Turnen</p> <p>3./4. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Körperspannung über mehrere Sekunden halten können -unterschiedliche Körperpositionen einnehmen -Koordinative und konditionelle turnerische Fähigkeiten erlernen und weiter ausbauen -Übungskombination - Geräte benennen, aufbauen und transportieren 	<ul style="list-style-type: none"> -Sprünge von und über verschiedene Geräte -Übungen zur Verbesserung der Körperspannung, Stütz-, Halte- und Sprungkraft -Aufhocken Hockwende -Balancieren -Strecksprung -Schaukeln und Schwingen an Tauen und Ringen -Klettern -Rolle vorwärts -am Barren stützen -Aufbaupläne umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> - Geräte-Bewegungslandschaften - Abenteuerturnen (Zirkus, Dschungel, Piraten...) - Stationen - Mattentransportspiel - Strecksprung mit Drehung Partnerkunststücke - erste Hilfestellungen (Klammergriff, Drehgriff) - Handstand - Radschlag - Grätschsprung - kleines Zirkusprojekt

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Schwimmen</p> <p>3./4. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Erwerb erster Grundfertigkeiten -Arm-, Bein- oder Körperantrieb mit Atmung verbinden -Bade- und Schwimmregeln beherrschen 	<ul style="list-style-type: none"> - Wassergewöhnung - Spiel- und Bewegungsformen - Auftriebs- und Lageübungen - Übungen zu Antriebsbewegungen - Orientierung unter Wasser ohne Schwimmbrille 	<ul style="list-style-type: none"> -Springen -verschiedene Sprünge vom Startblock -Tauchen -Ringe tauchen, -Weittauchen, -Tauchspiele -Gleiten -Abzeichen erlangen (Seepferdchen, Bronze, Silber)

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</p> <p>3./4. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen - Bewegungen mit/ohne Handgeräte gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> -sich nach einem Takt entsprechend bewegen -sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen -unterschiedliche Formen des Seilspringen -rhythmisches -Bewegen mit Reifen, Bändern -Bewegung zu Musik 	<ul style="list-style-type: none"> -Bewegungsgeschichten - traditionelle und moderne Tänze -eigenen Tanz in Kleingruppen entwickeln und präsentieren -Tänze umgestalten -Großgruppentanz -synchrone Tanzelemente einüben

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/ -ideen
Raufen und Ringen 3./4. Klasse	-Regeln festlegen und einhalten - Emotionen beherrschen wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen	<ul style="list-style-type: none"> - Spiele zur Überwindung von Berührungsängsten mit viel Körperkontakt - Rangelspiele - Kämpfe um Gegenstände - Balancekampf 	<ul style="list-style-type: none"> -Affenhospital -Zieh- und -Schiebekämpfe -Rücken an Rücken -Hahnenkampf -Medizinballziehen -Mattenkämpfe -Ringkämpfe -Mac Donalds-Spiel (Atomspiel) -Schildkröten umdrehen -Kämpfen an Stationen unter verschiedenen Aufgabenstellungen -Schiedsrichterfunktion

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
Rollen, Gleiten, Fahren 3./4.Klasse	<ul style="list-style-type: none"> -Kennenlernen der Regeln für den Umgang mit den Geräten -Erwerb von Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens -dynamisches Gleichgewicht halten können -Ssicherer Umgang mit Geräten 	<ul style="list-style-type: none"> -mit einem rollenden oder gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen 	<ul style="list-style-type: none"> - Rollbrettführerschein - Rollbrettparcours - Rutschen/Gleiten mit Hilfe der Taue - Autoparcours

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Weitere Unterrichtsbeispiele/-ideen
<p>Laufen, Springen, Werfen 3./4. Klasse</p>	<ul style="list-style-type: none"> - verschiedene Laufarten - rhythmisches Laufen - sachgerecht mit Geräten umgehen <p>Anstrengungsbereitschaft zeigen</p>	<ul style="list-style-type: none"> -vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten erfahren Weitsprungtechnik Weitwurftechnik -Ausdauerlauf - zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden 	<ul style="list-style-type: none"> -Laufen durch einen Parcours -verschiedene Staffeln (Würfelstaffel z.B.) -Bierdeckellauf -3. Abschlag -6-Tagerennen -aus einem Anlauf von einem Sprungbrett über ein Hindernis auf eine dicke Matte springen – -alternative Bundesjugendspiele -Lauftag