

Schulinternes Fachcurriculum Sport der GS auf der Geestinsel Münsterdorf

Das Fach Sport umfasst die Bewegungsfelder 1. Spielen 2. Turnen 3. Laufen, Springen, Werfen 4. Schwimmen 5. Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen 6. Raufen und Ringen 7. Rollen, Gleiten, Fahren. Der Schwerpunkt " sich fit halten" findet sich in allen Bewegungsfeldern wieder.

Zeitblöcke Jahrgangsstufe 1 und 2	Block 1 Sommerferien-Herbstferien	Block 2 Herbstferien-Weihnachtsfe- rien	Block 3 Weihnachtsferien-Osterfe- rien	Block 4 Osterferien-Sommerferien
Ausgewählte Inhalte aus den Bewegungsfeldern	1. Kleine Spiele/Kennenlern- spiele/ Lauf- und Tickspiele 3. Vorbereitung auf den Lauftag, Laufspiele, spielerische Ausdauerschulung, Lauf ABC	1. Kleine Spiele/ Ballspiele 2. Geräteführerschein/Aufbau- pläne umsetzen/ - einfache turnerische Formen an Lang- bänken, Kästen und Minitram- polin: Balancieren, Rollen, Klettern, Hangeln, Springen, Drehen, Stützen Schwingen an Ringen und Tauen	7. Rollbrettführerschein, Eis- laufen 2. Bewegungslandschaften/ Turnerische Grundformen an Gerätestationen 6. Kräftemessen mit einem Partner 1. Kooperationsspiele	5. Begegnungen mit rhythmi- schen und tänzerischen Grundformen 3. Spieleleichtathletik: Sprint- spiele, vielfältiges Werfen und Springen
Beispiele, Methoden, Hilfs- mittel und Hinweise zu Dif- ferenzierung und Sicherheit	1. Feuer,Wasser, Eis/Ketten- tick/Brückentick/Katz und Maus/Treffball 3. Kleine Waldläufe-laufen ohne zu schnaufen/ Puzzle- lauf/Kartenlauf/Würfellauf/Me- mory	1. Ball unter der Bank, Roll- ball, 10er Probe, Merkball, werfen mit verschiedenen Ma- terialien, Zielwerfen, Bälle rol- len und abfangen, Stationsbe- trieb, Orientierung im Spielfeld 2. Stationsarbeit mit entspre- chenden Stationskarten /Auf- bauplänen Rolle vorwärts an verschied- enen Stationen, Balancieren auf Bänken, Sprünge mit beidbeiniger Landung, Kör- perspannung, Variation in Höhe, Zusatzaufgaben, vom leichten zum schweren	7. Regeln und Techniken zum Fahren und Bremsen/Ziel- bremsen/Slalom/ Richtungs- änderungen/Sicherheitsmaß- nahmen Einsatz von Pedalos und Tep- pichfliesen 2. Fortführen von Inhalten aus Block 2 6. Körperkontakt anbahnen, Kooperation und Vertrauen aufbauen, Fairness, Respekt und Regeln einüben 1. Schwungtuchspiele, Gordi- scher Knoten, Roboterspiel	5. Erlernen einfacher Bewe- gungen und Schrittfolgen zur Musik, gehen, laufen, hüpfen, Einsatz von Tüchern und Bal- lons/Fantasiereisen mit Musik, 1,2,3 im Sauseschritt Klatschrhythmen zu Stunden- beginn/Ende 3. Reaktionsschnelligkeit trai- nieren, kurze Sprints/Sprint- spiele, Wurftechniken erler- nen, Zielwurfspiele an Statio- nen

Fachsprache, Operatoren und Reflexion	<p>Einhaltung von Regeln beim Sport, Entwicklung von Ritualen zu Beginn/Ende einer Stunde</p> <p>Kennenlernen verschiedener Spiele für den Beginn/Ende einer Stunde/Orientierung in der Halle</p> <p>Reflexion über Lauf- und Atemtechniken sowie ein angemessenes Lauftempo/ mindestens 15 Minuten ohne Pause laufen</p>	<p>Reflexion über Einhaltung von Spielregel, eigene Spielideen entwickeln, Verteilung im Spielfeld, Trefferdefinition</p> <p>Vermittlung von Bewegungsmustern, Reflexion über Aufbauorganisation, Sicherheit</p>	<p>Reflexion über Technik des Rollen und Gleitens</p> <p>Kennenlernen turnerischer Grundformen/Techniken</p> <p>Wertschätzung des Gegenübers</p> <p>Reflexion über Einhaltung von Regeln</p>	<p>Kennenlernen und Benennenrhythmischer Bewegungsformen mit und ohne Partner/Gerät</p> <p>Erproben von Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken</p>
Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung	<p>AOK Laufabzeichen Wettbewerb</p>	<p>Handball Schnuppertag</p>	<p>Eislauftag</p>	<p>Tanzaufführung Klassenfest/Schulfest</p> <p>Teilnahme Störlauf</p> <p>Bundesjugendspiele/Sportfest in jahrgangsübergreifenden Gruppen</p>

Zeitblöcke Jahrgangsstufe 3 und 4	Block 1 Sommerferien-Herbstferien	Block 2 Herbstferien-Weihnachtsfe- rien	Block 3 Weihnachtsferien-Osterfe- rien	Block 4 Osterferien-Sommerferien
<p>Ausgewählte Inhalte aus den Bewegungsfeldern</p>	<p>1. Tickspiele, Ballspiele, Mannschaftsspiele, ISV Völkerballvarianten, Zahlenfußball, Basketball, goldene Kugel</p> <p>3. Vorbereitung auf den Lauftag/Crosslauf, Lauf ABC, spielerische Ausdauerschulung</p>	<p>1. Badminton/Speedminton, Minibasketball, Floorball, Fußball, Parteiballspiele, ISV</p> <p>2. Turnen, an Gerätestationen Auf- und Abbau von Gerätestationen, Hockwende am Kasten, Unterschwing/Aufschwung am Reck, Schwingen an Ringen und Tauen, Rollen, Handstand, Radschlagen, Grundsprünge am Minitrampolin</p> <p>4. Schwimmen: spielerische Wassergewöhnung, elementare Antriebsbewegungen, Techniken: Rücken, Brust</p>	<p>7. Bewegungsaufgaben mit dem Rollbrett, Geschicklichkeitsübungen mit dem Rad, Eislaufen</p> <p>2. Bewegungslandschaften/ Turnerische Grundformen, Gerätestationen, Parcours</p> <p>4. Grundfertigkeiten des Schwimmen in verschiedenen Körperlagen verbessern, Atmung, Koordination Arm-/Beinbewegung/Atmung</p> <p>6. Kräftemessen mit einem Partner, Ringen und Raufen</p>	<p>5. Von der Schrittfolge zum Tanz Zumba/Linedance, einfache Elemente zu aktueller Musik</p> <p>3. Spieleleichtathletik: Sprintspiele, Zielwurfspiele, Weitwurf, vielfältiges Springen</p>
<p>Beispiele, Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit</p>	<p>1. Bälle zuspielen, abwerfen, fangen, schießen, Orientierung im Raum, taktisches Vorgehen und Absprachen innerhalb der Gruppe, freilaufen, Gegener abdecken</p> <p>3. Kleine Waldläufe mit/ohne Hindernisse - laufen ohne zu schnaufen/ lange Strecken, Orientierungsläufe, Zeitschätzläufe, Puzzellauf/Lottolauf/Wer-bin-ich-Lauf</p>	<p>1. Schlagvarianten, Passen und Stoppen, Dribbling, Torschuss, taktische Überlegungen</p> <p>2. Absprung/Landung, aufhocken, druchhocken, Hockwende, Klettern an Tauen und Sprossenwand, Orientierung im Raum, Körperspannung, Möglichkeiten des Helfens und Sicherns, Helfergriffe, etwas wagen, in Gruppen turnen, blauer Elefant</p> <p>4. Wassergewöhnung, -spiele,</p>	<p>7. Regeln und Techniken zum Fahren und Bremsen/Slalom, Zielbremsen, Transportspiele, Krankenhaustick Bewegungslandschaft Winter</p> <p>2. Fortführen von Inhalten aus Block 2, Helfen und Sichern 4. Schweben, Tauchen, Gleiten, Springen, Startsprung, Brust-/Rückenschwimmen, Übungen zu den Abzeichen Seepferdechen, Seeräuber, Bronze, ggf. Silber, ausdauerndes Schwimmen zunehmend längerer Strecken</p>	<p>5. Erarbeiten einfacher Schrittfolgen, Erprobung eigener Bewegungsideen zu Musik, Vicky Tanz, Seilspringen im Rhythmus der Musik</p> <p>3. Reaktionsgeschwindigkeit trainieren, kurze Sprints/Sprintspiele, Wurftechniken erlernen, Zielwurfspiele an Stationen mit verschiedenen Materialien, Medizinballschocken Schersprung</p>

		Vermittlung von Schwimm-techniken, Verhaltensregeln im Schwimmbad, Kenntnisse von Baderegeln und Selbstrettung, schnelles Schwimmen kurzer Strecken	6. faires Kräfteressen, Gegner als Partner, Kooperation und Vertrauen aufbauen, Fairness, Respekt und Regeln einüben	
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	Wichtigkeit der Einhaltung von Spielregeln erkennen, sportartspezifische Begriffe lernen, Ballkunde, Taktikbegriffe Reflexion über Lauf- und Atemtechniken sowie ein angemessenes Lauftempo/ Pulsmessung/30 Minuten ohne Pause laufen	Reflexion über Aufbau von Geräten, Einhaltung und Erlernen von Spielregeln, Techniken, Spieltaktiken Materialkunde, Orientierung und Verhalten im und am Wasser, Vermittlung von Bewegungsmustern, Reflexion über Sicherheit	Reflexion über Technik des Rollen und Gleitens Kennenlernen turnerischer Grundformen/Techniken Wertschätzung des Gegenübers Reflexion über Einhaltung von Regeln, Auseinandersetzung mit dem Element Wasser	Kennenlernen und Benennen von Tanzschritten Kennenlernen von Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken
Kompetenzaufbau und Leistungsüberprüfung	AOK Laufabzeichen Wettbewerb, Crosslauf	Crosslauf Futsalturnier Bewegungschecks in Klasse 3 mit Kooperationspartner AVS	Eislauftag Schwimmen-Kreismeisterschaften Holcim-Handball-Cup in gemischten Teams Fahrradführerschein in Klasse 4	Tanz Schulfest Störlaufteilnahme Bundesjugendspiele/Sportfest in jahrgangsübergreifenden Gruppen