

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- in verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren
- in der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten
- mögliche Gefahren einschätzen und angemessen reagieren

	Fertigkeiten und Fähigkeiten	Kenntnisse	Methodisch- didaktische Hinweise	Mögliche Inhalte	Anregungen
Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung	Bewegungsabläufe bezogen auf Raum, Zeit und Gleichgewicht ausführen und verändern	Bewegungen, Körperhaltungen und Tänze	Form-, Raum- und Zeitwahrnehmung verbessern verschiedene Fortbewegungsarten kombinieren (Laufen - Springen, Rollen...)	Entfernungen und Zeit schätzen Hindernisläufe Lauf - und Staffelspiele Wahrnehmung - und Fangspiele Suchspiele Platzwechselspiele	Mathematik (Zeitmaße, Längenmaße, Formen und Flächen, die Uhr) Geografie, Geschichte, Naturwissenschaften
	Durch Bewegung und Körpersprache Gefühle und Gedanken mitteilen und Situationen darstellen	Ausdrucksformen der Bewegung und Körpersprache	Rhythmische Grundformen erkunden und ausführen Spielerisches Erkunden von Darstellungsmöglichkeiten mit Hilfe des Körpers	Nachahmungsspiele Darstellungsspiele	Musik (Lieder und Tänze) Deutsch (Reime und Reigen) Italienisch (Lieder in ital. Sprache)  Tanzen in der Grundschule Deutsch (Theater und pantomimische Ausdrucksformen)

Sport & Bewegung 3. Klasse

	Fertigkeiten und Fähigkeiten	Kenntnisse	Methodisch- didaktische Hinweise	Mögliche Inhalte	Anregungen
<u>Sportmotorische Grundqualifikationen</u>	<i>Bewegungen mit und an Geräten erproben und koordiniert durchführen</i>	Bewegungsformen	Bewegungsabläufe an Geräten erproben und festigen am Boden turnen Gleichgewicht schulen Körperkraft bewusst einsetzen	Hindernisparcours Übungen an Stationen Gymnastik Einzel- und Partnerübungen Zirkusspiele Funktionsgymnastik Tauziehen	📖: 100 tolle Sport- und Bewegungsspiele 📖: Bergedorfer Grundschulpraxis-Sport 3./4. Klasse 📖: Sportstunden schnell und klar 📖: 999 Spiel- und Übungsformen im Ringen, Raufen und Kämpfen www.kinder-zirkus.de
	<i>Verschiedene Formen des Laufens, Werfens und Springens anwenden</i>	Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken	konzentriert laufen ausdauernd laufen beschleunigen und Lauftempo variieren rhythmisches Laufen verschiedene Sprungformen tätigen und kombinieren Verschiedene Wurfformen trainieren: werfen, schleudern und stoßen	Sprints Laufspiele zur Schulung der Ausdauer Lauf-, Staffel- und Fangspiele Reaktionsspiele Hindernisläufe Verfolgungsläufe Steigerungsläufe ein- und beidbeiniges Abspringen mit Anlauf abspringen in die Höhe und Weite springen über Hindernisse springen Ziel- und Zonenspringen Seilspringen Ball- und Fangspiele Werfen von verschiedenen Gegenständen und Geräten (Ringe, Jongliertücher, Bälle, Vortex...)	www.sportunterricht.de www.sportunterricht.ch www.die-schnelle-sportstunde.de

Sport & Bewegung 3. Klasse

	Fertigkeiten und Fähigkeiten	Kenntnisse	Methodisch- didaktische Hinweise	Mögliche Inhalte	Anregungen
			Würfe auf Ziele und in die Weite	Werfen aus verschiedenen Positionen	 : Spielesammlung
	Die eigenen sportmotorischen Fähigkeiten einschätzen und bewusst einsetzen	Unfallrisiken und Vorbeugemaßnahmen	Belastungs- und Erholungsphasen Eigene Leistungsfähigkeit einschätzen Gefahrenquellen erkennen und Sicherheitsbestimmungen einhalten Räumlichkeiten angemessen benutzen Geräte korrekt verwenden	Ruhepausen gönnen Beruhigungs- und Entspannungsspiele Körperspannung und -entspannung Wettkampfsituationen schaffen Mithilfe beim Auf- und Abbau von Geräten Verteilen und einsammeln von Sportgeräten Helfen und sichern	

Sport & Bewegung 3. Klasse

	Fertigkeiten und Fähigkeiten	Kenntnisse	Methodisch- didaktische Hinweise	Mögliche Inhalte	Anregungen
<u>Bewegungs- und Sportspiele</u>	<i>Sportspiele ausführen Die Spielregeln einhalten, sich gegenseitig unterstützen und Rücksicht nehmen</i>	Elemente von Sportspielen Bewegungs-, Wett- und Sportspiele, Verhaltensregeln	sich aktiv an Spielen beteiligen Spiele und Spielregeln erklären Anleitungen und Regeln beachten sich bei Sieg und Niederlage angemessen verhalten	Ballspiele Partner-, Gruppen- und Mannschaftsspiele Kooperationsspiele Partnerübungen und Übungen in der Kleingruppe in der Gruppe einander unterstützen den Mitschülern fair begegnen unterschiedliche Leistungen akzeptieren verlieren können	 : Kleine Spiele mit Bällen
<u>Bewegung und Sport im Freien und im Wasser</u>	<i>Sich im freien Gelände angemessen bewegen</i>	Ausgewählte Aktivitäten im Freien	sich im Freien richtig verhalten und sicher bewegen Spielgeräte angemessen verwenden den Pausenhof als Bewegungsraum nutzen den Sportplatz als Bewegungsraum nutzen	Leichtathletische Übungen auf dem Sportplatz Eislaufen Klettern Wandern Laufen durch das Gelände	Geschichte, Geografie, Naturwissenschaften (die Himmelsrichtungen, unser Dorf...)  : Bewegte Kinder-schlaue Köpfe  : 1003 Spiel- und Übungsformen in der Leichtathletik
	<i>Ins Wasser springen und sich über Wasser halten</i>	Bewegungsmöglichkeiten im Wasser	ins Wasser springen und tauchen Schwimmtechnik ausführen Selbstverantwortung übernehmen	Sprungübungen ins Wasser Tauchübungen Schwimmbewegungen gezielt einsetzen Spiele im Wasser	Schwimmkurse nutzen