

# Schulinterne Sport-Fachcurriculum der **Grundschule Oeversee**

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe 1/2	Block 1	Block 2	Block 3	Block 4
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Spielen Soziale/kooperative Spiele, Kennlernspiele Einführung – Regeln und Rituale	Spielen Kleine Wurf- und Fangschule Spiele mit Gegenständen – kreative, offene Angebote	Turnen Bewegungslandschaften Geräteturnen	Raffen und Ringen kooperative Spiele
	Laufen, Springen, Werfen Vorbereitung Lauftag Lauf ABC	Rollen, Gleiten, Fahren Gleiten mit Teppichfliesen u.a. Rollbrett-Führerschein	Spielen Erste Teamspiele kennenlernen Spielen mit Hand-/Kleingeräten	Laufen, Springen, Werfen Spielleichtathletik
				Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen Rhythmusshulung, Tanz
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Gruppeninteraktionsaufgaben „Über den Fluß, über den Berg“, Schwungtuch	Was der Ball oder andere Gegenstände alles können? Methodenreihe „Werfen und Fangen“ – Wurf ABC, Bälle/Gegenstände Wurfeigenschaften Prellen und dribbeln Stationsbetriebe	Bewegungslandschaften erkunden Unter Anleitung erste Übungen absolvieren in Höhe und Größe differenzieren, Sicherung, Helfergriffe durch L.	Regeln kennen und sicher anwenden, Stop heißt Stop Griffe, Fallen
	Laufen ohne Schnaufen – spielerische Ausdauerspiele	Spielerische Auseinandersetzung mit Teppichfliesen, Lappen, Decken – Spielidee finden  Rollbrett Fahrregeln Rollbrett fahren	Teamspiel mit Softball, Fangball, Völkerball, Balltreiben Spielen und Bewegen mit Reifen, Seilen, Stäben, Bierdeckeln	Laufen – erste Unterschiede – schnell und langsam laufen Springen – Absprung mit einem Bein – Landung mit zwei Füßen, Sprungbein – Reifen, Bälle, Zauberschnur, Stimme Werfen – Handhaltung, Körpereinsatz, Stimme
				Rhythmisches Bewegen nach Musik/Kinderreim Tanzchoreographie einstudieren

	Block 1	Block 2	Block 3	Block 4
Fachsprache, Reflexion und Operatoren	<p>Miteinander statt gegeneinander. Was kannst du schon?</p> <p>Reflexion über Einhaltung von Regeln beim Spiel. Spielregeln kennenlernen, beachten und verändern</p> <p>Regeln und Rituale im Sportunterricht einführen (Beginn, Sportsachen u.a., Geräteraum, Versammlung)</p>	<p>Reflexion über Flugeigenschaften, Wurf- und Fang Parameter: Anvisieren, Drehimpuls, Peitschenbewegung, Timing</p> <p>Prellen und Dribbeln</p> <p>Wechsel bei Stationsbetriebe Auf- und Abbau</p>	<p>Reflexion über Bewegungsmöglichkeiten und Fachsprache: Rollen (Rolle vorwärts), Hangeln, Stützen, Balancieren</p> <p>Abrollen, Ristgriff, Hangelgriff, Fuß vor Fuß Balance</p> <p>Fachbegriffe der Geräte kennenlernen – Auf- und Abbau</p> <p>Geräteführerschein</p>	Reflexion über Regeleinhaltung, Kraft dosieren und einsetzen - Dein Gegner ist dein Partner
	<p>Reflexion über Lauftempo (Rennauto, Auto, Traktor), Körperveränderungen beim ausdauernden Laufen</p>	<p>Reflexion über Gleitmöglichkeiten mit den Teppichfliesen, Partner- und Gruppenaufgaben, ziehen und schieben</p> <p>Rollbrett-Fahrregeln festlegen, Einhaltung besprechen mit Fahrverboten o.a.</p>	<p>Reflexion über Regeln, Trefferwahrnehmung, erste taktische Entscheidungen finden, Fairplay</p> <p>Spielideen ausdenken, Regeln verändern</p>	Reflexion über wie springe ich richtig ... wie laufe ich schnell? ... wie werfe ich weit, sowie Sätze als Bewegungsunterstützer. z.B.: Sprung: 1 - 2
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	<p>Gruppenprüfung</p> <p>Laufabzeichen beim Lauftag</p>	<p>Ball ABC</p> <p>Reifen-Führerschein</p> <p>Rollbrett-Führerschein</p>	<p>Erfolgreiche Bewegungsausübung, Rolle vorwärts</p> <p>Geräte-Führerschein</p> <p>Spieldenkmale durchführen</p>	<p>Miteinander ringen und raufen,</p> <p>Bundesjugendspiele Leichtathletik - Wettbewerb</p> <p>Tanz Aufführung</p>

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe 3	Block 1	Block 2	Block 3	Block 4
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	<p><b>Schwimmen</b></p> <p>Laufen, Springen, Werfen Vorbereitung Lauftag</p>	<p><b>Schwimmen</b></p> <p><b>Rauen und Ringen</b> Rhythmisieren, Gestalten und Tanzen - Seilspringen</p>	<p><b>Schwimmen</b></p> <p>Spielen Ballschule – Floorball Rollen, gleiten, fahren: Rollbrett - Roller</p>	<p><b>Schwimmen</b></p> <p><b>Spieleichtathletik</b></p>
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	<p>Spielerische Wassergewöhnung – bekannte Spiele ins Wasser bringen Wasserbewältigung – Schau, was ich im Wasser alles kann! Piratenprüfung</p> <p>Laufen macht Spaß – erste Orientierungsläufe</p>	<p>Vom Gleiten zu den Wechselzugschwimmarten – Rücken und Kraul</p> <p>Erlebniswelt Wasser - tauchen</p> <p><b>Rauen und Ringen um Gegenstände</b> Rope Skipping – Skipping Hearts</p>	<p>Gleichzugschwimmarten – Brust, Vorform Schmetterling</p> <p>Erlebniswelt Wasser – springen auch kopfwärts</p> <p><b>Floorball</b> – das koedukative Spiel Rollbrett – große Fahrzeuge, Rollerparcour bauen–PA/GA</p>	<p>Erlebniswelt Wasser – Wasserball, Kunststücke, ... Ablegen: Schwimmabzeichen</p> <p><b>Laufen, Springen, Werfen</b></p>
Fachsprache, Reflexion und Operatoren	<p>Reflexion über die Wassereigenschaften und was wir alles darin können. Gleiten, Schweben, Tauchen, Auftrieb - SU</p> <p>Laufen ohne Schnaufen. Reflexion über Lauftempo – Maßnahmen Pulsmessung – Wo? Wie?</p>	<p>Gleitbootlage – Wasserlage wechseln, Beinmotor, Armzug Grobform, Atmung, Tauchspiele – Druckausgleich, kopfwärts Reflexion über den Auftrieb, warum schwimmen wir.</p> <p><b>Kampfregeln - Miteinander</b> Reflexion über Organisation bei Gruppenarbeiten Wie springe ich Seil? Armhaltung</p>	<p>Brustbeinbewegung Brustschwimmen mit Atmung Springen auch vom Startblock u.a., Sprungschule</p> <p><b>Gemeinsam spielen</b> Floorballregeln lernen, Reflexion über Taktik – Bande spielen u.a. Rollbrett – kreative Spiele Rollerparcour bauen</p>	<p>Wasserball, Kunststücke (Stationen) Seepferdchen, Bronze- Silber-Gold Baderegeln (SU)</p> <p><b>Wie laufe ich schnell und langsam/ausdauernd?</b> Schrittweitsprung Weitwurf mit Anlauf</p>
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	<p><b>Piratenprüfung</b> Laufabzeichen beim Lauftag</p>	<p><b>MOBAK</b> Rollerparcour</p>	<p><b>Turnier</b></p>	<p><b>Bundesjugendspiele</b> <b>Leichtathletik- Wettbewerb</b> <b>Schwimmabzeichen</b></p>

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe 4	Block 1	Block 2	Block 3	Block 4
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Spielen Fitness	Spielen Basketball	Turnen Geräteturnen	Rollen, Gleiten, Fahren / Tanz Fahrrad / Abschlusstanz
	Vorbereitung Lauftag	Raufen und Ringen - Turnierform	Spielen Badminton	Spiel / Laufen, Springen, Werfen Fußball / Spielleichtathletik
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Fitness-Studio an Stationen Warming up - Gründe	Von Burgball zu Basketball	Einzelturnen im Strom, Synchronturnen Kennenlernen erste Helfergriffe	Fahrradfahrtraining Abschlusstanz mit digitalem Tanztutorials in Gruppen
	Ausdauerschulung – durch Training werde ich besser – Pulsmessung	Raufen und Ringen – spielerische Annäherung mit Stationen – Ziel Klassenkampf Kampfregeln wiederholen	Vom Rückschlagspiel mit diversen Schlägern und Bällen zu Badminton	Tandem- Fußball – Trainer und Schülerprinzip Schrittweitsprung / Wurf mit Anlauf
Fachsprache, Reflexion und Operatoren	Stationen – Reflexion durch Training werde ich besser? Realistische Ziele setzen	Reflexion über Taktik –z.B. wohin gehe ich um anspielbar zu sein. Druckpass, Angriff / Verteidigung, Körbe – Zählen, Turnierform	Bauen nach Plan Begriffe der turnerischen Fertigkeiten, Helfergriffe - Klammergriff	Reflexion über die Fahrtechniken, die die SuS für die Fahrradprüfung brauchen -Fahrradstation in GA planen und aufbauen Tutorials digital
	Laufen ohne Schnaufen, Pulsmessung – Reflexion über warum schwitzt der Körper, was passiert bei Anstrengung, wie ändert sich der Puls vor und nach einer Belastung?	Raufen und Ringen mit direkten Körperkontakt. Reflexion über Kampftechniken	Reflexion über die Veränderungen vom gemeinsam zum gegeneinander Spielen Schlägerhaltung – Shakehand, V-Haltung Vorhand-, Rückhand, Überkopfschlag	Fußballbegriffe erlernen (Angriff, Verteidigung, passen, schießen, dribbeln, Außen- und Innenrist), vielfältige Spiele mit koedukativen Ansatz Reflexion: Spaß am Spiel für alle – wie können wir unsere Klasse einteilen.
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Laufabzeichen beim Lauftag	Basketballturnier Klassenkampf – fair play	Handstand, Sprung über den Kasten	Bundesjugendspiele Leichtathletik - Wettbewerb Aufführung Abschlusstanz