

# Schulcurriculum Sport

## Überfachliche Kompetenzen

Die überfachlichen Kompetenzen: **Personale Kompetenz, Sprachkompetenz, Lernkompetenz, Sozialkompetenz** gelten für alle Fächer und sollten immer berücksichtigt werden.

Die **Kompetenzbereiche des Faches Sport** sind: Bewegungskompetenz, Urteils- und Entscheidungskompetenz und Teamkompetenz. Mit Bewegungskompetenz (Erziehung zum Sport), Urteils- und Entscheidungskompetenz sowie Teamkompetenz (Erziehung durch Sport) sind die zentralen Aspekte des Sportunterrichts beschrieben.

## Die inhaltsbezogenen Kompetenzen

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen im Fach Sport beziehen sich vor allem auf den Kompetenzbereich Sachkompetenz. Dabei sind die von den Schülerinnen und Schülern zu erreichenden Kompetenzen sowohl im Bereich der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten als auch im Bereich der einfachen Technik- und Taktikschulung elementar. Sie sind entscheidend für die langfristige und erfolgreiche Teilnahme am Sportunterricht.

Inhaltsbezogene und prozessbezogene Kompetenzen werden im Fach Sport in den nachfolgenden sieben Bewegungsfeldern von den Schülerinnen und Schülern erworben:

- Spielen
- Bewegen an und mit Geräten
- Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen
- Laufen, Springen, Werfen
- Bewegen im Wasser
- Fahren, Rollen, Gleiten
- Mit und gegen Partner kämpfen

## Sport an unserer Schule:

- 3 Einzelstunden pro Woche, wenn möglich
- Bewegte Pausen mit Pausenspielgeräten
- Bewegungsfreundliche Klassenzimmer
- Schwimmen ein Halbjahr im 2. Schuljahr
- Sport – AGs (je AG - Tag mindestens ein Sportangebot)
- Wiederkehrende Sportereignisse: jährlich Bundesjugendspiele, Hallenolympiade, Handballtag in Kooperation mit der Frauenbundesligamannschaft VIPERS, im Zweijahres – Rhythmus: Fußballturnier der 3. und 4. Klassen, Sponsorenlauf für alle Jahrgänge
- **Schule und Verein:** Im Augenblick gibt es eine Zusammenarbeit mit dem Sportverein TV08 Bergheim, der eine Lauf-AG anbietet.

## **Aufbau einer Sportstunde:**

1. Aufwärmen (z.B. ein Lauf-/ Fangspiel)
2. Inhaltlicher Schwerpunkt
3. Abschluss durch Cool Down (Massage, Entspannung, ...)

## **Leistungsbewertung**

Leistungsbeurteilung als Kompetenzeinschätzung (*aus dem Leitfaden des HKM, Maßgebliche Orientierungstexte zum Kerncurriculum, Primarstufe, Sport*)

- bezieht sich auf Leistungen im Lernprozess und auf das Lernergebnis gleichermaßen
- knüpft an den Anforderungen des Unterrichts unmittelbar an
- bezieht sich auf zu erreichende Ziele, transparente Kriterien und Beurteilungsmaßstäbe (Niveaus)
- bezieht sich auf den individuellen Lernfortschritt und/ oder ein von möglichst allen zu erreichendes Ziel
- verdeutlicht Stärken und Entwicklungsbedarf gleichermaßen deutlich

# 1./ 2. Schuljahr

Die SchülerInnen...

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Spielen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfassen und erklären einfache Spielideen und setzen diese um</li> <li>- vereinbaren und halten einfache Spielregeln ein</li> <li>- spielen fair miteinander und gegeneinander</li> <li>- werfen/ fangen Bälle in Spielsituationen und treffen Ziele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf – und Fangspiele</li> <li>- Einfache Ballspiele</li> </ul>	<p>Hase und Jäger, Feuer, Wasser, Sturm, Sanitäterspiel</p> <p>Chinesische Mauer, Brückenwächter, Fischer, Fischer..., Hexe, Hexe, was kochst du heute?,</p> <p>Atomspiel (rufen, zeigen)</p> <p>Haltet das Feld/ den Kasten frei!</p>

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Bewegen an und mit Geräten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lernen Geräte kennen und sicher zu transportieren</li> <li>- gehen mit Wagnis um</li> <li>- turnen eine Rolle vorwärts aus dem Stand</li> <li>- stützen ihr Körpergewicht</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schaukeln, schwingen</li> <li>- Klettern</li> <li>- Balancieren</li> <li>- Rollen, Rolle vorwärts</li> <li>- Handstütz</li> <li>- Sprünge von verschiedenen Geräten</li> <li>- Aufbaupläne umsetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache Aufbauten (Mattenbahn, Bankreihe)</li> <li>- Geräte- / Bewegungslandschaften</li> <li>- Hallenolympiade</li> <li>- Turnen an Stationen</li> </ul>

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erleben Musik als individuellen Bewegungsanreiz</li> <li>- nehmen Rhythmen auf und setzen sie in Bewegung um</li> <li>- erlernen einfache Grundschritte (mit und ohne Gerät) rhythmisch zur Musik</li> <li>- führen einfache Formen des Seilspringens aus</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich nach einem eindeutigen Takt bewegen (Trommeln)</li> <li>- sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen</li> <li>- einfache Formen des Seilspringens vorführen</li> <li>- bewegen zu unterschiedlicher Musik und Rhythmen</li> </ul>	Bewegungslieder, Kindertanz, Bewegen wie Tiere (Pantomime), Bewegungsgeschichten, Seilspringen, Reifenübungen

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Laufen, Springen, Werfen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nehmen unterschiedliche körperliche Reaktionen (z.B. Herzschlag, Schwitzen) wahr und beschreiben diese</li> <li>- setzen verschiedene Übungen aus dem Lauf – ABC spielerisch um</li> <li>- laufen ausdauernd mindestens ihr Lebensalter in Minuten ohne Pause</li> <li>- laufen gradlinig und zielgerichtet 50 m im maximalen Tempo (2. Sj.)</li> <li>- reagieren schnell auf ein Signal</li> <li>- werfen in verschiedenen Wurftechniken unterschiedliche Bälle/ Wurfgeräte</li> <li>- erproben die Schlagwurfballtechnik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausdauertraining in spielerischer Form</li> <li>- Weitwurf</li> <li>- Ballprobe</li> <li>- aus einem Anlauf von einem Sprungbrett (über ein Hindernis) auf eine Matte springen</li> <li>- Weitsprung in die Sandgrube</li> </ul>	Parcours mit Hindernissen, Hase Joggi, Zeitschätzläufe, 8 Min Lauf,  Bundesjugendspiele, Alternativ: Sportstationen

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erproben unterschiedliche Formen des Hüpfens und Springens (Weite/ Höhe)</li> <li>- springen aus einem Anlauf einbeinig ab und landen beidbeinig</li> </ul>		
--	--	--	--

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Bewegen im Wasser	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die Eigenschaften des Wassers für das sichere Bewegen nutzen</li> <li>- sich schwimmend fortzubewegen</li> <li>- tauchen</li> <li>- ins Wasser springen</li> <li>- öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wassergewöhnung (gleiten, schweben im Wasser, sich tragen vom Wasser lassen)</li> <li>- Ziel sollte es sein das Deutsche Schwimmbzeichen Bronze abzulegen, Mindestanforderung Seepferdchen</li> <li>- Verschiedene Sprünge ins Wasser</li> <li>- Baderegeln</li> <li>- Hygienemaßnahmen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wasserspiele: Geh-, Lauf- und Fangspiele, Ballspiele</li> <li>- Schwimmtechniken</li> <li>- Ringe tauchen, weittauchen, gleiten</li> <li>- Tauchspiele</li> <li>- Abzeichen Seepferdchen und Bronze Schwimmbzeichen</li> </ul>

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Fahren, Rollen, Gleiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- halten das Gleichgewicht in verschiedenen Körperpositionen auf rollenden/ gleitenden Geräten</li> <li>- bewegen sich mit rollenden oder gleitenden Geräten kontrolliert fort, ändern die Richtung und bremsen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich nach dem Beschleunigen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät bis zum Ausrollen oder Ausgleiten im Gleichgewicht halten</li> <li>- Sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen mit dem Rollbrett (rollen) und Teppichfliesen (gleiten)</li> <li>- Rollbrettparcours</li> <li>- Rollbrettführerschein</li> <li>- kleine und große Pedalos</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- halten grundlegende Regeln für verantwortungsvolles/ sicherheitsbewusstes Gleiten und Rollen ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Richtung gezielt ändern und bremsen</li> <li>- Rollbrettführerschein</li> </ul>	
--	--	--	--

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Mit und gegen Partner kämpfen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vereinbaren grundlegende Regeln und Rituale und halten sie ein</li> <li>- übernehmen Verantwortung für die Unversehrtheit des Partners</li> <li>- lassen Körperrnähe zu, halten sie aus und bauen Vertrauen auf</li> <li>- erfahren ihren eigenen Krafteinsatz</li> <li>- halten das Gleichgewicht beim Miteinanderkämpfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiele zur Überwindung von Berührungängsten</li> <li>- Rangelspiele mit festen Regeln für alle</li> <li>- Rituale</li> </ul>	Zieh- und Schiebekämpfe, Mattenkämpfe, Ringkämpfe, Medizinballziehen

## 3./ 4. Schuljahr

Die SchülerInnen...

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Spielen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfassen und erklären komplexere Spielideen und setzen sie regelkonform um</li> <li>- wenden einfache Strategien in konkreten Spielsituationen und festen Spielfeldgrenzen an</li> <li>- nutzen Bälle und Schläger im Spiel sachgerecht</li> <li>- spielen ein großes Sportspiel in vereinfachter Form regel- und sportartgerecht</li> <li>- wenden einfache Taktiken (Freilaufen/ Anbieten) an und spielen mannschaftsdienlich</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf – und Fangspiele</li> <li>- Spielformen zu Basketball Handball, Fußball</li> <li>- Fang- und Wurftechniken von Ballsportarten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brennball, Völkerball, Abtreffball</li> <li>- Mini – Basketball, - Fußball, -Handball, - Volleyball</li> </ul>

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Bewegen an und mit Geräten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bauen Geräte sachgerecht und sicher auf und ab</li> <li>- verbinden und präsentieren flüssig zwei Bewegungselemente aus dem Bodenturnen</li> <li>- stützen und halten ihr eigenes Körpergewicht mit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schaukeln, schwingen</li> <li>- Klettern</li> <li>- Balancieren</li> <li>- Rollen, Rolle vorwärts</li> <li>- Handstütz</li> <li>- Einzelemente erlernen: Streck-, Grätsch-, Hocksprung</li> <li>- Einfache Hilfestellungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache Aufbauten (Mattenbahn, Bankreihe)</li> <li>- Geräte- / Bewegungslandschaften</li> <li>- Hallenolympiade</li> <li>- Akrobatik</li> </ul>

	Körperspannung (z.B. Handstand mit Hilfe oder Rad)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- einen Sprung aus dem Anlauf heraus sicher über ein Gerät turnen (Sprungbrett/ Minitramp)</li> <li>- Aufbaupläne umsetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hilfestellung (Klammer- / Drehgriff)</li> <li>- Sprünge mit Sprungbrett/ Minitramp (nur mit Schein!)</li> <li>- Aufhocken am großen Kasten</li> </ul>
--	--	--	--

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Gymnastik, rhythmisches Bewegen, Tanzen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- setzen vorgegebene rhythmische Bewegungen um</li> <li>- gehen kreativ mit Rhythmus und Bewegung um</li> <li>- gestalten in der Gruppe Tanzsequenzen (mit und ohne Gerät) und präsentieren diese</li> <li>- entwickeln Formen des Seilspringens weiter und führen sie vor</li> <li>- realisieren akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Akrobatik</li> <li>- Rhythmen in Bewegungen umsetzen</li> <li>- Bewegungen mit und ohne Handgerät gestalten</li> <li>- Tanz in z.B. Kleingruppe erarbeiten und präsentieren</li> </ul>	Tänze nach Wahl und Wünschen, Seilspringen,

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Laufen, Springen, Werfen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erfahren und erklären weitere körperliche Reaktionen (z.B. Puls, Atmung)</li> <li>- passen ihre Laufbewegung an wechselnde Bedingungen an</li> <li>- laufen ausdauernd</li> <li>- laufen gradlinig und zielgerichtet 50m im maximalen Tempo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausdauerläufe</li> <li>- Körperliche Reaktionen bewusst wahrnehmen und in Ansätzen erklären</li> <li>- Einführung und Festigung der Techniken: Sprint, Schlagwurf, Weitsprung</li> <li>- um die Wette laufen</li> </ul>	Verschiedene Läufe (Orientierungs-, Geländelauf), Zielwerfen, Weitwurf, Weitsprung in die Sandgrube  Bundesjugendspiele



	<ul style="list-style-type: none"> <li>- reagieren schnell auf ein Startkommando</li> <li>- führen einfache Formen des Schlagballwurfs aus dem Stand aus</li> <li>- springen aus einem schnellen Anlauf einbeinig ab, setzen diesen effektiv in die Weite um und landen sicher (zweibeinig)</li> </ul>		
--	--	--	--

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Bewegen im Wasser	Siehe 1./ 2. Sj.		

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Fahren, Rollen, Gleiten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- erleben und beherrschen Geschwindigkeit, flieh- und Beschleunigungskräfte auf rollenden/ gleitenden Geräten</li> <li>- bewältigen mit rollenden/gleitenden Geräten komplexe und differenzierte Bewegungsanforderungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich nach dem Beschleunigen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät bis zum Ausrollen oder Ausgleiten im Gleichgewicht halten</li> <li>- sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen mit dem Rollbrett (rollen) und Teppichfliesen (gleiten)</li> <li>- Rollbrettparcours</li> <li>- Rollbrettführerschein</li> <li>- Kleine und große Pedalos</li> <li>- 4. Sj.: Fahrradführerschein</li> </ul>

Bewegungsfeld	Erwartete Kompetenzen	Verpflichtende Inhalte	Inhaltliche Konkretisierung/ Unterrichtsbeispiele
Mit und gegen Partner kämpfen	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schiedsrichterfunktion übernehmen</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"><li>- übernehmen einfache Schiedsrichterfunktionen</li><li>- lassen sich auf körperliche Nähe im Zweikampf mit verschiedenen Partnern ein</li><li>- setzen die eigene Kraft situationsangemessen und verantwortungsvoll ein</li><li>- finden in Partnerkämpfen Lösungen zur Erhaltung des Gleichgewichts (einfache taktische Elemente)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Spielformen zum Kämpfen mit festen Regeln und Ritualen</li><li>- Mannschaftskämpfe</li></ul>	
--	--	--	--