

Arbeitsplan für das Fach Sport

aktualisierte Fassung 17.09.2024

In diesem Arbeitsplan sind sämtliche Beschlüsse der Fachkonferenz Sport der Heideschule festgehalten.

1. Allgemeine Hinweise

1.1. Die prozess- und inhaltsbezogenen Kompetenzen

Das Fach Sport soll in der Grundschule den Schülerinnen und Schülern die Möglichkeiten der

- Körpererfahrung
- Materialerfahrung
- Bewegungserfahrung
- Könnenserfahrung
- Ausdruckserfahrung
- Sozialerfahrung
- Gesundheitserfahrung

bieten.

Hierzu werden besonders die prozessbezogenen Kompetenzen entwickelt.

1.2. Die prozessbezogenen Kompetenzen

Im Fach Sport werden insgesamt vier Bereiche unterschieden, die von den Schülerinnen und Schülern beherrscht werden sollen. Diese sind:

- Bewegungskönnen entwickeln – Erkenntnisse gewinnen
- Interaktionen herstellen
- Lernen lernen
- bewerten können

1.2.1. Die prozessbezogenen Kompetenzen im Überblick

1.2.1.1. Bewegungskönnen entwickeln – Erkenntnisse gewinnen

Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen:

- sich geschickt und situativ angemessen zu bewegen,
- den Sinn des Sich-Bewegens zu erfassen,
- sich durch Bewegung selbst wahrnehmen und erfahren,
- sich durch Bewegung gesund zu halten,
- Bewegungsfreude zu halten.

1.2.1.2. Interaktionen herstellen

Hierbei geht es insbesondere darum, dass die Schülerinnen und Schüler

- mit anderen Menschen befriedigende Bewegungsbeziehungen eingehen und aufrecht erhalten können,
- in der Lage sind, Konflikte, die in bestimmten Bewegungssituationen auftreten können zu bearbeiten,
- Möglichkeiten entwickeln, wie sie sich über Bewegung ausdrücken und darstellen können.

1.2.1.3. Lernen lernen

Zum Lernen lernen soll das Fach Sport den Schülerinnen und Schülern Wege aufzeigen, wie sie,

- ihr Lernen selbst regulieren,
- den eigenen Lernprozess reflektieren,
- Lernsituationen gestalten und verändern.

1.2.1.4. Bewerten

Die Schülerinnen und Schüler sollen lernen,

- sich selbst und andere realistisch einzuschätzen,
- Schwierigkeiten und Anforderungen einer Bewegungssituation richtig abzuschätzen und entsprechend zu handeln.

1.3. Die inhaltsbezogenen Kompetenzen

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen im Fach Sport beziehen sich besonders auf die Bereiche

- Spielen
- Turnen und Bewegungskünste
- Gymnastisch-rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung
- Laufen, Springen, Werfen
- Schwimmen, Tauchen und Wasserspringen
- Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
- Miteinander Kämpfen und Kräfte messen

1.4. Fachliches Anforderungsprofil

Das fachliche Anforderungsprofil ergibt sich zum einen aus den prozess- und inhaltsbezogenen Kompetenzen und zum anderen aus den Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler im Bereich Fairness, Rücksicht und Einsatzbereitschaft.

2. Festlegung der Themenschwerpunkte

Kerncurriculum Sport: Klasse 1 und 2

1. Erfahrungs- und Lernfeld Spielen (nach den Sommerferien bis zu den Herbstferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
allgemeine Spielfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen Spielregeln vereinbaren und einhalten miteinander und gegeneinander fair spielen 	<ul style="list-style-type: none"> Laufspiele (Fischer, Fischer; Feuer, Wasser, Blitz; chinesische Mauer; Wüstensheriff; Sanitärball; Zaubermaus) Kleine Ballspiele (Hase und Jäger; 3er Ball) Staffelspiele Darstellende Spiele (z.B. in Bewegungslandschaften) 	<ul style="list-style-type: none"> Grundlage für die Teilhabe an Bewegungs- und Sportspielen Regeln als veränderbare soziale Vereinbarungen kennen lernen und akzeptieren in Spielsituationen auftretende Konflikte bewältigen
spielformbezogene Spielfähigkeit		<ul style="list-style-type: none"> Fußball (Grundformen des Dribbelns, Passens, Torschuss) 	

2. Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste (nach den Herbstferien bis Halbjahr)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
turnerische Bewegungsformen erlernen	<ul style="list-style-type: none"> eine Rolle vorwärts aus dem Stand turnen 	<ul style="list-style-type: none"> Übungen mit der schiefen Ebene Gegenstände unter dem Kinn einklemmen 	<ul style="list-style-type: none"> an einer grundlegenden turnerischen Bewegungsform erkennen, dass systematisches Üben zum Lernerfolg führt
Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren	<ul style="list-style-type: none"> aus unterschiedlichen Höhen im kontrollierten Niedersprung im Stand beidbeinig landen 	<ul style="list-style-type: none"> Springen von der Sprossenwand aus unterschiedlichen Höhen Strecksprünge vom Kasten 	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungssteuerung provozieren
das Körpergewicht halten und stützen	<ul style="list-style-type: none"> im Handstütz mit den Füßen an der Wand hoch laufen, die Körperspannung halten und seitlich auf den Händen fortbewegen an einer Stange hangeln am Barren stützen 	<ul style="list-style-type: none"> Vorübungen zum Stützen (Krebspang, Vierfüßlergang, Hockwende, Zappelhandstand) 	<ul style="list-style-type: none"> Grundlage für weiterführende turnerische Bewegungsformen

mit Wagnis und Risiko selbstsichernd umgehen	<ul style="list-style-type: none"> ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Klettern, Hangeln, Balancieren, Schwingen und Springen selbstsichernd bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> Geräteparcours Gerätetage (im 1. HJ) 	<ul style="list-style-type: none"> realistische Selbsteinschätzung Bewegungswagnisse eingehen Selbstsicherungsfähigkeit
akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren	<ul style="list-style-type: none"> mit Tüchern und Tellern jonglieren 	<ul style="list-style-type: none"> Spiele mit Tischtennisbällen und Joghurtbechern Jonglieren mit Tüchern 	<ul style="list-style-type: none"> Auge-Hand-Koordination fördern
Geräte benennen und sachgerecht auf- und abbauen	<ul style="list-style-type: none"> Geräte anhand von Aufbauplänen o.Ä. auf- und abbauen 	<ul style="list-style-type: none"> auch Klasse 3 und 4 	<ul style="list-style-type: none"> grundlegende Sach- und Handlungskompetenz

3. Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung (nach den Herbstferien bis zum Halbjahr; Seilspringen verstärkt vom Halbjahr bis zu den Osterferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahrs zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen	<ul style="list-style-type: none"> im langsamen und schnellen Hopselauf unterschiedliche Raumwege zurücklegen sich nach einem eindeutigen Takt entsprechend bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> bewegen nach vorgegebenem Rhythmus (klatschen, stampfen) Mattenspringen im Raum orientieren Tanzmusik hörend kennen lernen Musikteile mit Hilfe von Bewegungen unterscheiden lernen 	<ul style="list-style-type: none"> grundlegende koordinative Fähigkeit Rhythmusfähigkeit entwickeln
Bewegungen mit und ohne Handgerät gestalten	<ul style="list-style-type: none"> sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen einfache Formen des Seilspringens vorführen 	<ul style="list-style-type: none"> Tiere und Gefühle darstellen Berufe erraten Singspiele Reifen, Ballgymnastik Seilspringen 	<ul style="list-style-type: none"> Körpersprache als Ausdrucksform nutzen Gesamtkörperkoordination

4. Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen (nach den Osterferien bis zu den Sommerferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen	<ul style="list-style-type: none"> im schnellen, zielstrebigem Laufen Gegenständen oder sich bewegenden Personen ausweichen 15 min. Ausdauerlauf 	<ul style="list-style-type: none"> freies Laufen in der Halle (mit Partner, um Hindernisse) Laufspiele (Lauf die Maus bunt, Puzzelauf, Sternlauf, Schätze sammeln) beim Laufen Tempo wechseln (Autobahn, Zugspiel) Laufrichtung ändern Reaktionsspiele (Schwarzweiß, Haltet den Dieb) 	<ul style="list-style-type: none"> Antizipationsfähigkeit in sportlichen Zusammenhängen und Alltagssituationen
körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen	<ul style="list-style-type: none"> zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden 	<ul style="list-style-type: none"> Schulung der Laufausdauer unter Beachtung des Lauftempos, der Atmung, der Bewegung der Füße Körperreaktionen verbalisieren 	<ul style="list-style-type: none"> Puls als Belastungsindikator kennen
in die Höhe und Weite springen	<ul style="list-style-type: none"> aus einem Anlauf von einer Rampe hoch, weit springen und sicher landen aus einem Anlauf hoch auf einen Mattenberg springen 	<ul style="list-style-type: none"> Kastentreppe Mattenrutschen auf einen Mattenberg springen (verschiedene Möglichkeiten finden) 	<ul style="list-style-type: none"> Freude am Springen, Körpererfahrungen
mit unterschiedlichen Bällen werfen	<ul style="list-style-type: none"> unterschiedliche Bälle einhändig gegen eine Wand werfen und den abprallenden Ball auffangen 	<ul style="list-style-type: none"> mit verschiedenen Bällen Erfahrungen sammeln hinsichtlich Wurftechnik, Flugverhalten und Wurfweite Zielwürfe Werfen und Fangen (Einzel- und Partnerübungen) Prellen Kunststücke mit dem Ball ausprobieren 	<ul style="list-style-type: none"> Auge-Hand-Koordination und Materialerfahrung

5. Erfahrungs- und Lernfeld Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (Halbjahr bis zu den Osterferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
das dynamische Gleichgewicht halten	<ul style="list-style-type: none"> sich nach dem Beschleunigen auf einem rollenden oder gleitenden Gerät bis zum Ausrollen oder Ausgleiten im Gleichgewicht halten 	<ul style="list-style-type: none"> Balancieren auf festem und beweglichem Untergrund Koordination mit Rollbrett und Pedalo 	<ul style="list-style-type: none"> grundlegende koordinative Fähigkeiten
Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren	<ul style="list-style-type: none"> sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen 	<ul style="list-style-type: none"> Rollbrettführerschein 	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungssicherheit herstellen

6. Erfahrungs- und Lernfeld Kräfte messen und miteinander kämpfen (Halbjahr bis zu den Osterferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 2. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
fair kämpfen	<ul style="list-style-type: none"> Regelungen beim Kräftemessen festlegen und einhalten 	<ul style="list-style-type: none"> Rituale, Begrüßungen, Verabschiedungen einführen Regeln für faires Kämpfen festlegen lassen körper- und bewegungsorientierte Spiele (V-Brücke, Füße ticken, Schildkröten umdrehen, Dreieckskampf, Möhrenziehen, Schubsen und Nachgeben im Parallelstand) 	<ul style="list-style-type: none"> Voraussetzung für körperliche Auseinandersetzung Selbstkontrolle
eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen			
Emotionen spüren und beherrschen	<ul style="list-style-type: none"> Wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen 	<ul style="list-style-type: none"> Spiele (Hau ab, Störsender) Reflexion der Spiele 	<ul style="list-style-type: none"> Wettkampfvhalten kultivieren

Kerncurriculum Sport: Klasse 3 und 4

1. Erfahrungs- und Lernfeld Spielen (nach den Sommerferien bis zu den Herbstferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
allgemeine Spielfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> eine Rolle im Spiel mannschaftlich ausfüllen mit Sieg und Niederlage wertschätzend umgehen Fairnessrituale praktizieren Mannschaften bilden 	<ul style="list-style-type: none"> Laufspiele (Kettenfangen, Zauberer und Erlöser, Ölgötze) Kleine Ballspiele (2er Ball, Ball unter der Schnur, Haltet das Feld frei, Sanitärerball, Jägerball, brennball, Völkerball) Staffelspiele 	<ul style="list-style-type: none"> kluges Zusammenspiel als Erfolgsstrategie begreifen verlieren lernen Heterogenität erkennen und sozialverträglich organisieren
spielformbezogene Spielfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> ein großes Ballspiel in vereinfachter Form regel- und sportartengerecht spielen Ball und Schläger im Spiel sachgerecht nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> Fußball (Schulung der Taktik und Technik, kleine Spiele) Tischtennis oder Badminton 	<ul style="list-style-type: none"> Teilhabe an gesellschaftlicher Sportwirklichkeit

2. Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste (nach den Herbstferien bis zum Halbjahr)

In diesem Lernfeld sollen Erfahrungen des gegenseitigen Vertrauens, Helfens und Sicherns ermöglicht werden.

- Handstand in der 3er Gruppe: Klammergriff am Oberschenkel
- Sprung: Klammergriff am Oberarm

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
turnerische Bewegungsformen erlernen	<ul style="list-style-type: none"> zwei erlernte Bewegungsformen im Boden- und Geräteturnen verbinden und flüssig präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> siehe Übungen des Gerätewettkampfes (Boden, Bank, Reck, Sprung) 	<ul style="list-style-type: none"> unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsformen neue Bewegungsherausforderungen bewältigen
Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungsherausforderungen des Fliegens oder des schnellen Drehens kontrolliert bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> Übungen am Minitramp Übungen an Tauen (schwingen, Überschwingen von Geräten, klettern) Übungen an Ringen (schaukeln, schwingen, drehen) Übungen am Reck (Schweinebaumeln) 	<ul style="list-style-type: none"> sensorische Sensationen bewusst herbei führen

		<ul style="list-style-type: none"> • Übungen am Boden (Rad, Rolle) 	
das Körpergewicht halten und stützen	<ul style="list-style-type: none"> • in den Handstand schwingen mit Hilfe • einen Stützsprung aus dem Anlauf heraus sicher über ein Gerät turnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Handstand mit Partnerhilfe und Gerätehilfen • Bank (Hockwende) • Kasten quer (Aufknien, Hockwende, Hocke) • Bock (Grätsche, Hocke) 	<ul style="list-style-type: none"> • Arm- und Schultermuskulatur entwickeln • Könnenserlebnis erarbeiten
mit Wagnis und Risiko selbstsichernd umgehen	<ul style="list-style-type: none"> • im Team Geräte aufgabengerecht arrangieren und auf Über- und Untersicherung überprüfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gerätelanschaften nach bestimmten Kriterien aufbauen und sichern 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungssituationen selbst bauen • mit Risiken und Grenzbereichen verantwortlich umgehen
akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren	<ul style="list-style-type: none"> • mit einem Partner ein akrobatisches Kunststück erfolgreich präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Pyramiden • Partnerjonglieren • Übungen mit Tüchern 	<ul style="list-style-type: none"> • Könnenserlebnisse erarbeiten und darstellen • Freude am gemeinsamen kreativen Bewegungshandeln

3. Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung (nach den Herbstferien bis zum Halbjahr)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen	<ul style="list-style-type: none"> • einen Kindertanz oder einen ‚Trendtanz‘ in der Gruppe tanzen und präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Tanzschritte erproben (Laufschritte, Hüpfschritte, Wechselschritte, Nachstellschritt, Seitgalopp, Wechselsprünge) 	<ul style="list-style-type: none"> • Integration von Tanzkultur in den Alltag
Bewegungen mit und ohne Handgerät gestalten	<ul style="list-style-type: none"> • themen- und/oder musikbezogenen Bewegungen improvisieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Musik hören, passende Bewegungen ausdenken • Kunststücke mit Reifen, Ball, Seil, Tuch • Seilspringen 	<ul style="list-style-type: none"> • eigene Potenziale durch Bewegungsgestaltung freisetzen

4. Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen (nach den Osterferien bis zu den Sommerferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen	<ul style="list-style-type: none"> • mindestens 20 Minuten ausdauernd laufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeit schätzen, Tempowechsel, Streckengefühl • Schulung der Lauftechnik • Laufspiele (Takeschi, Nummernwettlauf, Ausdauerlauf, Puzzlelauf, Joggi-Laufhase, Pyramidenlauf, Sechstagelauf) • Orientierungslauf • Staffellauf • Sprintübungen • Startübungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Strategien des ausdauernden Laufens
körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen	<ul style="list-style-type: none"> • körperliche Reaktionen (Puls, Schwitzen, Atmung, Seitenstiche) beim Laufen erfahren und erklären 	<ul style="list-style-type: none"> • Pulsmessung üben • Reflexion über körperliche Reaktionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gesunderhaltung
in die Höhe und Weite springen	<ul style="list-style-type: none"> • einen Anlauf effektiv für einen Sprung in die Weite umsetzen • einen Anlauf effektiv für einen Sprung in die Höhe umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Steigerungsläufe • Sprungschulung an der Kastentreppe • Hindernisse überwinden (Zauberschnur, Bananenkartons) • Sprungbahnen aus Kästen, Bänken, Matten, Reifen • Grobform der Technik des Flop und des Straddle 	<ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Verknüpfung und konditionelle Anforderungen
mit unterschiedlichen Bällen werfen	<ul style="list-style-type: none"> • einen kleinen Ball mit Schlagwurftechnik in die Weite werfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Übungen mit Schlauchstücken • Schulung der Weitwurftechnik • Zonenweitwurf 	<ul style="list-style-type: none"> • eine grundlegende Bewegungsform zum effektiven Weitwerfen erlernen

5. Erfahrungs- und Lernfeld Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen (Zeitraum variabel)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 3./4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
die Eigenschaften des Wassers für das sichere Bewegen im Wasser nutzen	<ul style="list-style-type: none"> • Schweben, Sinken und Auftrieb bewusst steuern • Vortrieb begreifen • Gleitlage beherrschen • Wasserdruck erfahren und nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Weittauchen • Tieftauchen • Tauchspiele • Druckausgleich herbeiführen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstmachen von physikalischen Gesetzmäßigkeiten • Umgang mit Angst
sich schwimmend im Wasser fortbewegen	<ul style="list-style-type: none"> • 100m in beliebiger Schwimmlage im tiefen Wasser schwimmen • Brusttechnik (Differenzierung: Ausatmen unter Wasser) • Rückenkraul – Grobform • Kraulschwimmen – Grobform • Delfinbewegung ohne Armtechnik (Differenzierung: mit Armbewegung) • Gleichgewicht im Wasser 	<ul style="list-style-type: none"> • Techniken durch Vormachen-Nachmachen, Lerntafeln, Erklärungen erlernen und in Kurzbahnen üben • Teiltechniken mit Schwimmhilfe • Differenzierungsfähigkeit durch häufigen Wechsel der Techniken • Drehungen um verschiedene Achsen zur Gleichgewichtsstabilisierung • Differenzierung: Wenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Selbstvergewisserung über eigene Schwimmfähigkeit • Erhöhung der Mobilität im Wasser • Fähigkeits- und Fertigkeitentwicklung • Schwimmfreude durch Schwimmen-Können
Springen	<ul style="list-style-type: none"> • Kopfsprung vom Startblock oder Einmeterbrett präsentieren • Mutsprung vom 3m oder gar 5m-Brett 	<ul style="list-style-type: none"> • Einfach machen • Verbindung mit Weit- und Tieftauchen sowie Schwimmtechniken 	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungserfahrung • Voraussetzung für Zeitschwimmen und Tauchaufgaben
Schwimmbad nutzen <ul style="list-style-type: none"> • Retten • Schwimmabzeichen 	<ul style="list-style-type: none"> • die hygienisch notwendigen Maßnahmen selbstständig umsetzen • die Baderegeln kennen und einhalten • transportieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmabzeichen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zugangsvoraussetzung für Nutzung öffentlicher Bäder

6. Erfahrungs- und Lernfeld Bewegungen auf rollenden und gleitenden Geräten (Halbjahr bis zu den Osterferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
das dynamische Gleichgewicht halten			
Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren	<ul style="list-style-type: none"> mit dem Fahrrad, mit Inlinern, Rollschuhen, dem Roller oder dem Kickboard die Anforderungen eines differenzierten Geräteparcours bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> Geschicklichkeitsparcours mit dem Rad oder Roller bewältigen Fahrradprüfung, Verkehrsschule (s. Kerncurriculum Mobilität) 	<ul style="list-style-type: none"> Bewegungskönnen in neuen herausfordernden Situationen anwenden

7. Erfahrungs- und Lernfeld Kräfte messen und miteinander kämpfen (Halbjahr bis zu den Osterferien)

Erwartete Kompetenz	Am Ende des 4. Schuljahres zu erreichen	Unterrichtsvorschläge	Begründung
fair kämpfen	<ul style="list-style-type: none"> den Standard des 2. Schuljahres halten und Fairnessrituale etablieren Schiedsrichterfunktionen übernehmen 	<ul style="list-style-type: none"> Rituale, Begrüßungen, Verabschiedungen wiederholen Regeln für faires Kämpfen festlegen lassen Schüler bewerten Verhalten selbst 	<ul style="list-style-type: none"> kämpfen kultivieren
eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen	<ul style="list-style-type: none"> beim Rangeln und Ringen sowohl in der Rolle des Angreifers als auch des Verteidigers klug und geschickt kämpfen 	<ul style="list-style-type: none"> Partnerkämpfe auf der dicken Matte mit verschiedenen Aufgabenstellungen körper- und bewegungsorientierte Spiele (V-Brücke, Füße ticken, Schildkröten umdrehen, Dreieckskampf, Möhrenziehen, Schubsen und Nachgeben im Parallelstand) Seilspringen 	<ul style="list-style-type: none"> Zuversicht stärken sich auch aus scheinbar aussichtslosen Situationen aus eigenen Kräften zu befreien
Emotionen spüren und beherrschen	<ul style="list-style-type: none"> den Standard des 2. Schuljahres in schwierigen Situationen halten 	<ul style="list-style-type: none"> Spiele (Hau ab, Störsender) Reflexion des Kampfes Seilspringwettbewerb 	<ul style="list-style-type: none"> Ärger nicht gegen andere richten

3. Zeitlicher Plan

Die zeitliche Einteilung wurde unter Punkt 2 bereits vorgenommen.

4. Unterrichtswerke und Medien

Der Unterricht findet in den Sporthallen mit einer üblichen Geräteausstattung statt. Daneben stehen ein Kleinfeldrasenplatz und der Schulhof mit 75m Laufbahn und Weitsprunggrube zur Verfügung. Neben dem Hauptmedium der Sprache, werden vor allem verschiedene Aufgaben- und Stationskarten eingesetzt. Daneben finden auch Lehrtafeln mit Bewegungsbildern im Unterricht Anwendung. Außerdem verfügt die Sporthalle noch über einen Bestand an Kleingeräten (Bälle, Seile,...).

5. Anteil des Fachs Sport am Medienkonzept der Heideschule

Das Internet und die Schülerbücherei stehen den Schülern zur Recherche zur Verfügung.

6.

Umsetzung der beiden fachlichen Bausteine ‚Selbstständigkeit‘ und ‚Kooperatives Lernen‘ im Fach Sport

Die Heideschule legt neben den festgelegten inhaltlichen und prozessorientierten Kompetenzen der Kerncurricula einen Schwerpunkt auf die beiden überfachlichen Bereiche **Selbstständigkeit** und **Kooperation**.

6.1. Entwicklung der Selbstständigkeit

- offene Bewegungsaufgaben werden von den Schülern allein oder in Kleingruppen selbstständig gelöst (z.B. Bewältigung einer Strecke ohne Bodenberührung)
- die Ergebnisse kleiner Gruppenaufgaben werden allen präsentiert (z.B. Überwindungsmöglichkeiten von Hindernissen, verschiedene Möglichkeiten im Bau menschlicher Pyramiden...)
- mit den Schülerinnen und Schülern wird regelmäßig über ihre Erfahrungen (Körperwahrnehmungen, Körpererfahrungen) beim Bewegungslernen gesprochen und mit ihnen so ihr Bewegungslernprozess reflektiert.

6.2. Kooperatives Lernen

- im Sportunterricht können viele Aufgaben nur im Miteinander der Schülerinnen und Schüler gelöst werden (Mannschaftsspiele, Gruppenaufgaben im Turnen, Staffeln,...).
- im Bereich des Helfens und Sicherns im Geräteturnen wird die Verantwortung für den Anderen geschult, vor allem in den Mannschaftsspielen die Verantwortung für eine Gruppe, für das Team.
- durch notwendige Absprachen bei Gruppenaufgaben oder innerhalb der Mannschaften in Spielsituationen wird die kommunikative Kompetenz der Schülerinnen und Schüler verbessert.
- Die Probleme beim Lösen von Bewegungsaufgaben werden in Kleingruppen oder in der ganzen Klasse verbalisiert und gemeinsam nach Verbesserungsmöglichkeiten gesucht.

7. Fachsprache

Den Schülerinnen und Schülern wird die übliche Fachsprache der einzelnen Sportarten vermittelt.

8. Anzahl und Verteilung von Lernkontrollen

Im Fach Sport werden keine schriftlichen Arbeiten oder Tests geschrieben. Es finden im

Sportunterricht folgende Formen der Lernkontrollen statt:

- Messung von Zeiten und Weiten
- Vorführen bestimmter Techniken
- bewertete Spielsituationen in denen Spielverständnis und Spielfähigkeit geprüft wird

9. Bewertung

Die Note ergibt sich aus dem Unterricht und den darin gezeigten Leistungen.

10. Festlegung der Ermittlung der Zeugnisnote

Die Halbjahres- und die Ganzjahresnote setzt sich zu je einem Drittel zusammen aus folgenden Punkten:

- sportmotorische Leistungen
- individuelle Entwicklung der sportmotorischen Leistungen
- soziale Gesichtspunkte (Fairness, Einhaltung von Regeln, Einbeziehen von Schwächeren, Rücksichtnahme)

11. Unterstützung beim Übergang in andere Bildungsgänge

12. Maßnahmen der Differenzierung

- Es ergibt sich eine Differenzierung durch kooperative Lernformen, in denen sich die Schülerinnen und Schüler gegenseitig Hilfestellungen geben können.
- In vielen Lernsituationen gibt es dem unterschiedlichen Leistungsstand der Schülerinnen und Schüler angemessene Aufgaben (unterschiedliche Reckhöhen, Brettabstände,...).
- In den Sportspielen wird bei der Mannschaftseinteilung die Leistungsstärke der Schülerinnen und Schüler berücksichtigt.
- Leistungsstärkere Schülerinnen und Schüler erhalten Zusatzaufgaben.

13. Fördermaßnahmen

Die Heideschule bietet für Schülerinnen und Schüler mit motorischen Defiziten einen ergänzenden Sportförderunterricht an.

14. Fachliche Projekte, Wettbewerbe und Nutzung außerschulischer Lernorte

Das Fach Sport bietet vierteljährliche und schulinterne Wettbewerbe an. Diese werden als Turniere angeboten und als Klassenwettbewerbe durchgeführt. Sie spalten sich auf in

- **Gerätetage** (1. HJ, jeweils alle Klassen 1-2x)
- **Fußballturnier** (3. und 4. Klassen im Mai)
- **Heideschulolympiade** (vor den Sommerferien; Alle Schülerinnen und Schüler der Heideschule nehmen teil. Neben üblichen leichtathletischen Disziplinen der Bundesjugendspiele gibt es ein vielfältiges Angebot an Bewegungsstationen.)
- **Spaßbadetag** vor den Ferien

Zudem nehmen einzelne AGs und/oder Mannschaften an verschiedenen Turnieren außerhalb der Schule teil, wie etwa dem **Fußballturnier der Buchholzer Grundschulen**. Zur Ausdauerschulung werden gelegentlich auch Geländestrecken in Wald und Wiese in der Nachbarschaft der Heideschule genutzt.

Die Schülerinnen und Schüler werden im Sportunterricht auf den jährlich stattfindenden **Stadtlauf** der Stadt Buchholz vorbereitet und können sich für diesen über die Schule anmelden.

15. Abstimmung der schuleigenen Arbeitspläne den folgenden Schulformen

Der schuleigene Arbeitsplan im Fach Sport richtet sich nach den curricularen Vorgaben des Landes Niedersachsen und ermöglicht so den reibungslosen Übergang in die nachfolgenden Schulformen in Niedersachsen.

16. Fortbildungskonzept

Die Fachlehrkräfte nehmen regelmäßig an außerschulischen Fortbildungen teil.