

Sport Curriculum Block 1

Block 1	Klasse 1-3	Klasse 4
Spiele (Kleine Spiele)	- Kleine (Kennenlern-) Spiele - Spiele zur Orientierung in der Sporthalle - spielerisches Ausprobieren verschiedener Kleingeräte - Kleine Spiele mit verschiedenen Spielgeräten - Kleine Spiele in Mannschaften - verschiedene Spielformen kennen lernen - eigene Spielideen entwickeln - Spielregeln kennen und beachten - miteinander fair spielen	- Kooperative Spiele zur Teambildung - Spiele in Mannschaften - Spielregeln kennen und beachten - mit- und gegeneinander fair spielen
Laufen (Ausdauer)	- Freude am Laufen wecken und fördern - Ausdauer fördern - Lauftraining drinnen und draußen - Laufspiele - Laufen mit Partner / Gruppe - Laufen mit Aufgaben Differenzierte Aufgaben und Anforderungen nach Leistungsvermögen wählbar Lauftag	- Freude am Laufen fördern - Puls messen, Atemrhythmus finden - Lauftraining mit Aufgaben, in Gruppen - Orientierungsläufe, Zeitschätzläufe - Transportläufe, Strecken laufen - Dehnen Differenzierte Anforderungen Lauftag

Fachcurriculum Sport Block 2

	Klassenstufe 1-3	Klassenstufe 4
Ringen und Raufen	- Spielerische Übungen zum Aufbau von Körperkontakt und Vertrauen - Spielerische Zweikampfübungen - Schulung von Gleichgewicht, Körperspannung, Geschicklichkeit - Gemeinsames Festlegen von Regeln - Stopp-Regel kennenlernen - Raufen und Ringen um Räume und Gegenstände - Übungen mit indirektem Körperkontakt - Regeln kennen und beachten	- Raufen und Ringen um Räume und Gegenstände - mit direktem Körperkontakt - in verschiedenen Körperlagen (Partner) - Regeln kennen und beachten
Tanzen/ Rhythmisches Springen	Tanzen Freies Bewegen zu Rhythmen - Variieren der Grundbewegungsformen - Tänzerische und gymnastische Bewegungsformen kennenlernen - eigene Bewegungsideen entwickeln und vorstellen - Bewegungslieder und einfache Kindertänze kennenlernen - eigene Tanzideen entwickeln - Rhythmen und Takte in Bewegungen umsetzen - Ergebnisse präsentieren Seilspringen - Sprungerfahrungen mit dem Seil sammeln - verschiedene Sprünge kennenlernen - Sprünge mit Partnern, in der Gruppe - eigene Sprünge und Sprungfolgen entwickeln	Tanzen - Choreografien nachahmen, verändern, selbst entwickeln - Tanzschritte und Schrittfolgen variieren - Bild- und Videomaterial nutzen - Ergebnisse präsentieren Gambol Jump - einfache Sprünge rhythmisch den Partnern anpassen - verschiedene Sprünge kennenlernen - Choreografien nachahmen, verändern oder selbst entwickeln - in der Gruppe Absprachen treffen Rope Skipping - unterschiedliche Seile und Sprünge kennenlernen - mit Partner /Gruppe - Grundschatz mit Musik Skipping Hearts

Fachcurriculum Sport Block 3

	Klassenstufe 1-3	Klassenstufe 4
Spiele	Ballerfahrungen sammeln / Kleine Spiele mit dem Ball - Rollen, Werfen, Fangen, Prellen - Ballführung trainieren - mit dem Partner und dem Ball spielen - Orientierung mit dem Ball im Raum - Kennenlernen unterschiedlicher Spielgeräte - einfache Spielregeln und Spielideen kennenlernen - Kleinfeldspiele mit dem Ball - kleine Mannschaften, begrenztes Spielfeld - miteinander spielen - gegeneinander fair spielen	- Kleinfeldspiele mit dem Ball - kleine Mannschaften, begrenztes Feld - miteinander spielen - gegeneinander fair spielen - Ballfertigkeiten erweitern - Regeln kennenlernen und nach Regeln spielen - Vertiefung im Umgang mit unterschiedlichen Spielgeräten Beispiele: Fußball, Handball Zonen-, Linien-, Eckenball Tigerball, 4-Tore-Ball, Zahlen-Ball Ballparcours Teilnahme an Kreiswettkämpfen
Turnen	Bewegungserfahrungen sammeln - Körperspannung aufbauen - Stützen, Hangeln, Klettern, Balancieren, Koordination Beispiele: Vielfältige Bewegungserfahrungen in Gerätelandschaften Themen-Geräteparcours Turnerische Grundelemente erfahren - Körperspannung trainieren - Springen (Stützsprünge) - Boden (Vorwärtsrolle, Radschlag, Handstand) - Balancieren (vorwärts, rückwärts, Drehungen, bewegliche Untergründe) - Ringe und Taue (Schwingen, Schaukeln, Klettern) - Sicherer Gerätetransport - Sicherer Auf- und Abbau - Regeln beim Turnen kennenlernen und beachten	Turnerische Grundelemente trainieren - Kasten (Hockwende, Grätsche, Hocke) - Minitrampolin (Aufhocken, Strecksprung, Drehung) - Boden (Handstand, Radschlag, Rückwärtsrolle) - Barren (Stützen, Aufschwingen, Hocken) - Ringe und Taue (Schwingen, Schaukeln, Klettern) - Bänke/Balken(Balancieren, Drehungen, Sprünge) - Turnerische Elemente in der Gruppe zu einer Choreographie verbinden und präsentieren - Selbstständiger und sicherer Gerätetransport - Selbstständiger und sicherer Auf- und Abbau - Regeln beim Turnen kennen und beachten

Rollen, Gleiten, Fahren	Rollbrettführerschein/ Inhalte - Rollbrettregeln kennen - Parken, Lenken, Bremsen - unterschiedliche Körperlagen beim Fahren ausprobieren - Dinge transportieren, miteinander fahren - Pedalo fahren, - Fahrrad fahren - sicheres, einhändiges Fahren - Gleichgewicht halten - Kurven, Gassen, Slalom fahren - Hindernisse fahrend bewältigen - Bremsen üben - miteinander fahren Inliner fahren - Ausrüstung kennen und anziehen können - erste Erfahrungen in der Halle sammeln - Gleichgewicht schulen - Fahren mit Partnerhilfe - freies Fahren	Inliner fahren - Vertiefen der Kenntnisse - Umfahren von Hindernissen, - verschiedene Bremstechniken kennenlernen - rückwärts fahren, - richtig stürzen - kleine Spielformen Waveboard fahren - Schutzausrüstung kennen - Vorübungen ohne Board - Bewegungsabläufe kennenlernen und üben - Fahren mit Hilfe - freies Fahren
--------------------------------	---	---

Fachcurriculum Sport Block 4

	Klassenstufe 1-3	Klassenstufe 4
Laufen, Werfen, Springen	Erlernen und Üben vielfältiger leichtathletischer Grundformen - Laufen in verschiedenen Bewegungssituationen - Werfen in verschiedenen Bewegungssituationen - Springen in verschiedenen Bewegungssituationen - Sprung (Stand- und Schrittwertsprung) - Laufen (ausdauerndes und schnelles Laufen) - respektvolles Wettkämpfen - sachgerechter Umgang mit Geräten - fit halten durch Laufen, Springen, Werfen - Laufen, Springen, Werfen im Freien Kinderzehnkampf alle zwei Jahre	Erlernen einfacher leichtathletischer Fertigkeiten in der Grobform - Laufen in verschiedenen Bewegungssituationen - Werfen in verschiedenen Bewegungssituationen - Springen in verschiedenen Bewegungssituationen - respektvolles Wettkämpfen - sachgerechter Umgang mit Geräten - fit halten durch Laufen, Springen, Werfen Kinderzehnkampf alle zwei Jahre Teilnahme an Kreiswettkämpfen in der Leichtathletik und am Helgoland-Staffelmarathon

Fachcurriculum Sport: Schwimmen in Klassenstufe 4

	Anfängerinnen und Anfänger	Fortgeschrittene Schwimmerinnen und Schwimmer	Sichere Schwimmerinnen und Schwimmer
Schwimmen	Wassergewöhnung - freies Spielen im Wasser - gemeinsames Spielen - Auftrieb erfahren - Tauchübungen - Gleiten Wasserbewältigung - ins Wasser ausatmen - Tauchen - Auftreiben und Schweben - Gleiten - elementare Antriebsbewegungen entwickeln, Bewegungserfahrungen sammeln Erlernen der Schwimmtechniken (Grobform) - Brustschwimmen Ablegen des Schwimmabzeichens Seepferdchen	Vertiefung der Schwimmtechniken Brustschwimmen, Rückenschwimmen - ausdauerndes Schwimmen - Tauchen nach Gegenständen - Streckentauchen - Kenntnis der Baderegeln - Ablegen des Schwimmabzeichens Bronze	Vertiefung der Schwimmtechniken Brustschwimmen, Rückenschwimmen - Anbahnen der Kraultechnik - ausdauerndes Schwimmen - schnelles Schwimmen - Staffelschwimmen - Tauchen nach Gegenständen - Streckentauchen - Kenntnis der Baderegeln und der Regeln zur Selbstrettung - Ablegen des Schwimmabzeichens Silber