

Fachcurriculum Bewegung und Sport 4./5. Klasse

	KOMPETENZEN Fähigkeiten Fertigkeiten Kenntnisse	INHALTE
Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsabläufe und Körperhaltungen kombinieren, variieren und koordiniert durchführen • Physiologische Veränderungen infolge von Bewegung und Sport beachten und Belastungen entsprechend anpassen 	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinative Übungen
Sportmotorische Grundqualifikationen	<ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen des Laufens, Werfens und Springens sportartspezifisch anwenden • Geräteturnen (je nach vorhandener Ausstattung) • Grundtätigkeiten mit Handgeräten ausführen 	<ul style="list-style-type: none"> • Zeitläufe • Verbesserung der Lauftechnik, Dauerläufe, rhythmisches Laufen über Hindernisse • Steigerung der Kondition • Höhen und Weiten mit entsprechenden Sprungtechniken überwinden • Entwickeln von Wurfgewandtheit und Wurfgenauigkeit mit den Großgeräten allmählich vertraut werden • Umgang mit Ball, Seil, Reifen, Stab • Werfen und Fangen in Bewegung

	und verbinden	
Bewegungs- und Sportspiele	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsspiele • Fertigkeiten im Umgang mit dem Ball • Ballspiele • Ausgewählte Spiele zur Vorbereitung der Sportspiele • Die Spielregeln einhalten, sich gegenseitig unterstützen und Rücksicht nehmen 	<ul style="list-style-type: none"> • Geschicklichkeitsspiele, Reaktionsspiele, • Die in den vorhergehenden Schuljahren erlernten Fertigkeiten werden vielfältig angewandt und weiter verbessert: werfen-fangen, zuspielen-annehmen, prellen –dribbeln, führen-stoßen • Die neu zu erlernenden Fertigkeiten werden in spielerischer Form geübt: pritschen, baggern, aufschlagen, prellen, Torwurf, Korbwurf • z.B.: Ball über die Schnur, Kastentorball, Ball in den Korb, Völkerball rückwärts, Mattenball, Brennball
Bewegung und Sport im Freien	<ul style="list-style-type: none"> • Sich im freien Gelände angemessen bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • z.B. Wintersporttag • Nutzen der Spiel- und Sportplätze