

Schulinternes Fachcurriculum

SPORT

Schule Mastbrook

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen**Kleine Spiele**

- Spielformen mit unterschiedlichen Spielgeräten
- Miteinander auf überschaubaren Spielfeldern in kleinen Mannschaften spielen

Kleine Ballspiele

- Sportspielübergreifende Ballgewöhnung
- Sportspielübergreifende Technik (Werfen, Fangen)
- Sportspielübergreifende Taktik (Ziele treffen)

Sprachbildung

- Spielfeld
- Mannschaft
- Spielnamen kennen

Differenzierung

- Verschiedene Materialien (Bälle, Spielgeräte)
- Natürliche Differenzierung

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- Unterschiedliche Spielformen kennen und in Spielsituationen einsetzen
- Spielen fair

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Tick- und Fangspiele (Brückentick, Hase&Igel, Spinnentick, Sitz Hase – Lauf Hase, Chinesische Mauer uvm.)
- Orientierung in der Halle (Feuer- Wasser-Blitz, Orientierungsläufe uvm.)
- Bälle tragen, rollen, fangen, werfen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Geräteführerschein
- Turnerische Grundtätigkeiten (schwingen, hangeln, klettern, balancieren, rollen, springe, fliegen, drehen, stützen)

Sprachbildung

- Kleiner Kasten, Langbank, Weichbodenmatte, kleine Matte, großer Kasten
- Taue, Ringe, Sprossenwand
- Sprungbrett
- Gleichgewicht
- Körperspannung

Differenzierung

- Differenzierungen erfolgen über den Geräteaufbau
- Hilfestellungen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen
- Geräteführerschein

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- Wechseln Körperlagen im Raum
- Vertrauen Geräten und Geräteordnungen
- Kennen und beherrschen turnerische Bewegungsformen
- Einander helfen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Übungen zur Körperspannung
- Balancieren
- Stütz- und Haltebewegungen
- Gerätelandschaften
- Transport und Aufbau von Geräten
- Rollbewegungen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Lauf, Sprung, Wurf in variierenden Bewegungen
- Wurf im freien
- Lauf-, Sprung-, und Wurfarten

Sprachbildung

- Einbeiniger Absprung
- Beidbeiniger Absprung
- Schlagball
- Unterschied Stoß & Wurf
- Sprunggrube

Differenzierung

- Gewicht des Balles beim Stoß
- Visualisierungshilfen (Absprungmarkierungen, Erhöhungen beim Absprung)

Leistungsbeurteilung

- Bundesjugendspiele
- Laufabzeichen
- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- kennen und beherrschen elementare leichtathletische Bewegungsformen und stellen sich Herausforderungen in spielerischen Wettbewerben

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

Ausdauerndes Laufen (Training für Lauftag)

- Pyramidenlauf
- Ausmallauf
- Orientierungsläufe (Eisenbahn)
- Zeitläufe

Schnelles Laufen

- 6-Tage Rennen
- Staffelläufe
- Memoryläufe
- Kartenläufe

Werfen

- Weitwurf & Zielwurf
- Ballstoß

Springen

- Mattenspringen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Bewegungsgestaltung mit Handgeräten (Reifen, Gymnastikbänder, Tücher, Seile)
- Kindertänze
- Schwungtuch
- Seilspringen

Sprachbildung

- Schwungtuch
- Reifen, Gymnastikbänder, Tücher, Seile
- Takt

Differenzierung

- Seilschwingen übernehmen andere Kinder

Leistungsbeurteilung

- Seilspringdiplom
- Hand-/Kleingeräteführerschein
- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- sind in der Lage, Bewegungen an Rhythmen beziehungsweise Musik anzupassen, diese mit anderen zu gestalten und zu präsentieren

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Bewegungslieder und einfache Tänze mit oder ohne Handgeräte
- Schwungtuch
- Bewegungsgeschichten
 - Alle die...
 - Bälle hochhalten
 - Kleine Tänze
- Seilspringen
- Grundsprung
 - beidbeiniger Sprung (vorwärts, rückwärts)
 - mit Seil laufen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Körperkontakt- und Vertrauensspiele
- Schieben und Ziehen
- Übungen und Spielformen mit direktem und indirektem Körperkontakt

Sprachbildung

- Vertrauen
- Gegeneinander / Miteinander
- Schieben & Ziehen
- Fairness

Differenzierung

- Freie Partnerwahl
- Von indirekt zu direkt
- Anpassung an Lerngruppen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- können ihre Kräfte in unterschiedlichen Formen spielerisch-kämpferischer Auseinandersetzung erproben. Dabei sind sie sich eines fairen Mit- und Gegeneinanders und der Bedeutung von Regeln bewusst. Sie können Grenzen akzeptieren

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Mattenkämpfe
- Ball klauen
- Hahnenkampf
- uvm.

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

Kennenlernen und Erproben versch. Geräte

- Rollbrett, Pedalo, Teppichfliese, Fahrrad uvm.

Sprachbildung

- Rollbrett
- Pedalo
- Teppichfliese
- Fahrrad
- rollen, gleiten, fahren
- bremsen
- beschleunigen
- Gleichgewicht
- Körperspannung

Differenzierung

- Hilfestellung durch Partner

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen
- Rollbrettführerschein
- Frühradfahrrprüfung

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- können ihre Kräfte in unterschiedlichen Formen spielerisch-kämpferischer Auseinandersetzung erproben. Dabei sind sie sich eines fairen Mit- und Gegeneinanders und der Bedeutung von Regeln bewusst. Sie können Grenzen akzeptieren

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Rollbrettführerschein
- Frühradfahren
- Geschicklichkeitsparcours zum Anfahren, Lenken, Stoppen, Ausweichen und Steuern

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Variantenreiche und kreative Spielideen
- Komplexere Spiele und Regeln
- Grundlegende Spielideen der Torwurfspiele und Torschussspiele
- Mit- und Gegeneinander Spielen
- Sportspielübergreifende Taktik und Technik

Sprachbildung

- Kenntnisse verschiedener Bälle
- Spielfeld
- Tor

Differenzierung**Leistungsbeurteilung**

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik

- Mobak

Basale- und Überfachliche Kompetenzen

- kennen unterschiedliche Spielmaterialien und können diese in Spielsituationen einsetzen; sie gestalten Spiele und entwickeln eigene Spielformen
- Fair spielen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Völkerballvarianten
- Floorball
- Brennballvarianten
- Ball über die Schnur
- Brettball
- König

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Partnerakrobatik und zugehörige Regeln
- Funktionales Stützen an Geräten und am Boden
- Absprung am Sprungbrett
- Sprungbewegungen am Minitrampolin
- Körperkontrolle im Flug
- Kombination von Bewegungen und Veränderung der Körperlage im Raum

Sprachbildung

- Akrobatik
- Stützen
- Sprungbrett
- Minitrampolin

Differenzierung

- Differenzierungen erfolgen über den Geräteaufbau
- Hilfestellungen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik

- Mobak

Basale- und Überfachliche Kompetenzen

- vertrauen wechselnden Körperlagen in Raum sowie unterschiedlichen Geräten und Geräteordnungen
- kennen und beherrschen turnerische Bewegungsformen und sind in der Lage einander zu helfen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Bewegungen am Barren (Parallel- und Stufenbarren)
- Hockwende, Durchhocken, Strecksprung

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- vielseitige Lauf-Sprung- und Wurfarten (Schlagwurf, Weitsprung, ausdauerndes und schnelles Laufen, Ballstoß, Hürdenlauf)
- Atmung und Puls

Sprachbildung

- Ballstoß
- Schlagwurf
- Hürdenlauf
- Puls
- Messung
- Atmung

Differenzierung

Leistungsbeurteilung

- Bundesjugendspiele
- Laufabzeichen
- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik

- Mobak

Basale- und Überfachliche Kompetenzen

- kennen und beherrschen elementare leichtathletische Bewegungsformen und stellen sich Herausforderungen in spielerischen Wettkämpfen

Medienkompetenz

Unterrichtsvorschläge

- Staffellauf
- Zeitschätzläufe
- Lauf-ABC
- Starts aus verschiedenen Positionen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- traditionelle und moderne Tänze
- Produktive Umsetzung von Rhythmus und Musik in Bewegung

Sprachbildung

- Rhythmus
- Tanz
- Schritt
- Aufstellung/Formation

Differenzierung**Leistungsbeurteilung**

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- können mittanzen und vortanzen
- gestalten Tänze mit vorgegebenen Schritten
- können sich mit Handgeräten rhythmisch bewegen
- gestalten, improvisieren und präsentieren rhythmische Bewegungen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Seil, Tücher, Gymnastikbänder, Gymnastikbälle

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Spielformen mit indirektem und direktem Körperkontakt
- Köperspannung, Gleichgewicht
- Körperkontakt- und Vertrauensspiele
- Schieben, Ziehen, Rollen, Drehen

Sprachbildung

- Vertrauen
- Gegeneinander / Miteinander
- Schieben & Ziehen
- Rollen & Drehen
- Fairness

Differenzierung

- Freie Partnerwahl
- Von indirekt zu direkt
- Anpassung an Lerngruppen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- verfügen über motorische und affektive Grundlagen im Ringen und Raufen
- wenden grundlegende Fertigkeiten an
- halten sich an Regeln und reflektieren diese

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Körperkontaktspiele
- Team- und Vertrauensspiele
- Kräfte messen
- Zieh- und Schiebekämpfe
- Kämpfe und den Ball
- Partner- & Gruppenkämpfe

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- verkehrssicheres Verhalten als Teilnehmer/in im Straßenverkehr
- Gestaltung eines eigenen Parcours in Kleingruppen

Sprachbildung

- Fahrrad
- Vorfahrt
- Ampel
- Fahrradweg
- bremsen
- beschleunigen
- Gleichgewicht
- Körperspannung

Differenzierung

- Hilfestellung durch Partner

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen
- Radfahrprüfung

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- können sich mit verschiedenen Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien fortbewegen
- schätzen Geschwindigkeiten und Risiken angemessen ein
- kooperieren

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Geschicklichkeitsparcours zum Anfahren, Lenken, Stoppen, Ausweichen und Steuern mit Rollbrett, Fahrrad, Pedalo

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Wassergewöhnung
- Wasserbewältigung
- sichere Schwimmbewegung in optimaler Wasserlage
- Orientierung unter Wasser ohne Schwimmbrille
- Bade- und Schwimmregeln

Sprachbildung

- Wassergewöhnung
- Wasserlage
- Auftrieb/treiben
- Gleiten
- Schweben
- Tauchen
- Brustschwimmen
- Kraulschwimmen
- Rückenschwimmen

Differenzierung

- Gruppendifferenzierung nach Schwimmer & Nichtschwimmer
- Aufgabenstellung

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik

- Schwimmaabzeichen

Basale- und Überfachliche Kompetenzen

- erwerben erste Grundfertigkeiten des Schwimmens
- beherrschen eine ausgewählte Schwimmtechnik in der Grobform

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Schweben, Tauchen, Gleiten, Atmen und Springen

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Komplexere Spiele und Regeln
- Mit- und Gegeneinander spielen
- Sportspielübergreifende Techniken: Werfen, Fangen, Dribbeln, Schläger benutzen
- Sportspielübergreifende Taktiken: Ziele treffen, Zusammen spielen, sich positionieren, anbieten und orientieren
- Rückschlagspiele

Sprachbildung

- Sportartspezifische Begriffe

Differenzierung

- Sportartspezifische Differenzierungen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtung

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- kennen unterschiedliche Spielmaterialien und können diese in Spielsituationen einsetzen; sie gestalten Spiele und entwickeln eigene Spielformen
- Fair spielen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Basketball
- Fußball
- Badminton

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Können Körperspannung halten
- Erlernen und präsentieren turnerische Fertigkeiten
- Kooperieren beim Turnen
- Kennen den sachgerechten mit unterschiedlichen Sportgeräten

Sprachbildung

- Hockwende
- Durchhocken
- Handstand
- Radschlag
- Akrobatik

Differenzierung

- Hilfestellungen durch Unterstützende
- Inhaltsbezogene Differenzierungen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtung
- Gestaltung einer gemeinsamen Turnkür

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- vertrauen wechselnden Körperlagen im Raum sowie unterschiedlichen Geräten und Geräteanordnungen
- kennen und beherrschen turnerische und akrobatische Bewegungsformen und sind in der Lage, einander zu helfen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Handstand
- Radschlag
- Hockwende/Durchhocken über Kästen mit Absprung vom Sprungbrett
- Akrobatik

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- spielerische Wettkampfformen
- relativierte Leistungsvergleiche
- respektvolles Wettkämpfen
- vielseitige Lauf-Sprung- und Wurfarten (Schlagwurf, Weitsprung, ausdauerndes und schnelles Laufen, Ballstoß, Hürdenlauf)

Sprachbildung

- Wettkampf/Wettbewerb
- Atmung & Puls
- Lauftempo
- Erfolg & Misserfolg

Differenzierung**Leistungsbeurteilung**

- Lehrkräftebeobachtung
- Bundesjugendspiele

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- laufen ausdauernd und erspüren dabei Atem und Pulsschlag
- finden „ihr“ Lauftempo
- zeigen Anstrengungs-bereitschaft und Ermüdungstoleranz
- schätzen Erfolg und Misserfolg realistisch ein und verhalten sich situationsangemessen
- kooperieren bei Wettkämpfen und verarbeiten Sieg und Niederlage angemessen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- leichtathletische Spielformen zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten, insbesondere der Rhythmisierungs-, Kopplungs- und Reaktionsfähigkeit
- leichtathletische Spielformen zur Schulung der konditionellen Fähigkeiten, insbesondere der Schnelligkeit und Ausdauer
- Koordinationsübungen, Namen- und Nummernläufe, Wettläufe, Staffelläufe, Würfellauf
- Pulsmessung, Beobachtungsübungen zur Atmung, Reflexion

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- traditionelle und moderne Tänze
- Bewegungslieder und einfache Tänze
- produktive Umsetzung von Rhythmus und Musik in Bewegung
- eigene Bewegungs-kompositionen
- Umgestalten von Tänzen

Sprachbildung

- Rhythmus
- Tanz
- Umgestaltung
- Formation/Aufstellung

Differenzierung**Leistungsbeurteilung**

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen****Medienkompetenz**

- gestalten Tänze mit vorgegebenen Schritten
- gestalten, improvisieren und präsentieren rhythmische Bewegungen
- kommunizieren und kooperieren miteinander

Unterrichtsvorschläge

- Tänze zu moderner Musik
- Tänze mit Handgeräten

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- Stopp-Regel
- Begrüßungsrituale und Abläufe des Raufens und Ringens
- Übungen zum regelkonformen und fairen Raufen und Ringen
- Übungen und Spielformen zur Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten und der Kraftfähigkeiten

Sprachbildung

- Vertrauen
- Gegeneinander / Miteinander
- Schieben & Ziehen
- Rollen & Drehen
- Fairness

Differenzierung

- Freie Partnerwahl
- Von indirekt zu direkt
- Anpassung an Lerngruppen

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen
- halten Regeln beim Raufen und Ringen ein und reflektieren diese
- wenden Rituale an
- gehen mit Sieg und Niederlage angemessen um
- können ihren Körper koordiniert einsetzen

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Körperkontaktspiele
- Team- und Vertrauensspiele
- Kräfte messen
- Zieh- und Schiebekämpfe
- Kämpfe und den Ball
- Partner- & Gruppenkämpfe

Unterrichtsinhalte / verbindliche Absprachen mit Kompetenzen

- vielfältige Geschicklichkeitsübungen und -spiele
- Geschicklichkeits-parcours zum Anfahren, Steuern, Lenken, Ausweichen und Stoppen
- Rücksichtnahme in der Gruppe
- verkehrssicheres Verhalten als Teilnehmerin oder Teilnehmer im Straßenverkehr

Sprachbildung

- Rollbrett
- Pedalo
- Fahrrad
- rollen, gleiten, fahren
- bremsen
- beschleunigen
- Gleichgewicht
- Körperspannung

Differenzierung

- Hilfestellung durch Partner

Leistungsbeurteilung

- Lehrkräftebeobachtungen

Diagnostik**Basale- und Überfachliche Kompetenzen**

- regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit
- reflektieren eingeführte Regeln und halten diese ein
- schätzen Geschwindigkeit und Risiken an gemessen ein
- helfen einander und kooperieren beim Rollen, Gleiten und Fahren

Medienkompetenz**Unterrichtsvorschläge**

- Gestaltung eines Parcours in Kleingruppen
- Spielformen zum Rollen, Gleiten und Fahren zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten, insbesondere der Gleichgewichts- Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit