

Schulspezifisches Fachcurriculum Sport für die Klassen 5 und 6

Pflichtbereich Spielen		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> - Bewegungsbezogene Kompetenzen erwerben, die eine aktive Teilnahme an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur ermöglichen <u>Reflexions- und Urteilskompetenz</u> - verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen <u>Personalkompetenz</u> - eigene Emotionen und Bedürfnisse wahrnehmen und regulieren <u>Sozialkompetenz</u> - in sozialen Situationen eigene Ziele realisieren und einen positiven Umgang mit Anderen pflegen	- technische und taktische Basisfertigkeiten im Spiel einsetzen - Bewegungs- und Balltechniken zielgerichtet anwenden - Individual- und gruppentaktische Maßnahmen ergreifen - [...] Sinnrichtungen erkennen - grundlegende Handlungen in Angriff und Abwehr nennen und beschreiben - Spielregeln in Kleinen Spielen und Spielformen benennen und einhalten - einfache Spielleitungsaufgaben übernehmen - den Unterschied zwischen fairem und unfairem Verhalten erkennen [...]	Integrative Sportspielvermittlung → Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen: Kleine Spiele, z.B. Wandball, Stangentorball, Parteiball, Aufsetzerball, Reifenball, Ball über die Schnur, Mattenball, Überzahlspiele, etc. Technik: Passen, Fangen, Prellen, Werfen Taktik: Freilaufen, Lücke erkennen, Verteidigung zwischen Gegner und Ziel, Anbieten, Angriffssituationen lösen →Regelkunde, Schiedsrichtertätigkeit → Klasse 5 Jungen: BB, HB & FB Mädchen: BB, HB & FB → Klasse 6 Jungen: VB, HB Mädchen: BB, HB

Pflichtbereich Laufen, Springen, Werfen		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden – grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...] <u>Personalkompetenz</u> – [...] ihre Aufmerksamkeit steuern –	– schnell und gewandt laufen [...] – [...] weit und zielgenau werfen – [...] weit und hoch springen [...]	Vielseitige Lauf-, Wurf- und Sprungschulung: Um die Wette laufen: schnell, gewandt und rhythmisch, z.B. Risikosprints, Zeitschätzläufe, Memory-Lauf, Laufen über Hindernisse, etc. Wir sammeln vielfältige Bewegungserfahrungen mit unterschiedlichen Wurfgeräten (Schlagball, Schweißball, Fahrradreifen, Medizinball), z.B. Werfen auf bewegliche Ziele, Zonenweitwurf, Sautreiben, etc. Wir erleben die Vielfalt des Springens: weit, hoch, mehrfach, z.B. Schersprung, Flop, Sprunggarten, etc. → Klasse 5: Weitsprung Schlagball Sprint → Klasse 6: Hochsprung Schlagball Sprint

Pflichtbereich Fitness entwickeln		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden – grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...] <u>Personalkompetenz</u> – ein realistisches Selbstbild entwickeln – [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben – die Bedeutung von Bewegung [...] einschätzen und gesundheitsbewusst handeln – [...] Auswirkungen ihres Bewegunghandelns [...] wahrnehmen und verstehen – [...] ihre Aufmerksamkeit steuern	– [...] konditionelle und koordinative Leistungen erbringen – Signale und Reaktionen des eigenen Körpers [...] erkennen und beurteilen – Vorgänge im Körper [...] beschreiben [...] – Tempogefühl entwickeln – ihren Puls messen	Ausdauerstest Gesundheitsorientiertes, spielerisches Fitnesstraining in unterschiedlichen Formen (Schwerpunkt Ausdauer): – Aerobic – Laufspiele (Zeitschätzlauf, Puzzellauf, 6-Tage-Rennen, etc.) – Teilnahme am Spendenlauf

Pflichtbereich Bewegen an Geräten		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden <u>Reflexions- und Urteilskompetenz</u> – [...] verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen <u>Personalkompetenz</u> – ein realistisches Selbstbild entwickeln – [...] kurz- und mittelfristige Ziele ableiten und dafür ausdauernd üben <u>Sozialkompetenz</u> – Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen – wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren – verantwortungsvoll handeln	– turnerische Grundtätigkeiten [...] an unterschiedlichen Geräten [...] und Gerätekombinationen anwenden – einfache akrobatische Figuren [...] ausführen – den Auf- und Abbau von Turngeräten sachgerecht ausführen – einfache Helferhandlungen ausführen [...] – [...] Sinnrichtungen erkennen – Maßnahmen des Helfens und Sicherens benennen – in Wagnissituationen verantwortungsbewusst handeln	→ Klasse 5: – Boden (Handstand abrollen, Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Rad, verschiedene Sprünge) – Barren (Schwingen, Stützen, Fortbewegen im Stütz, Kippaufgang i.d. Grätschsitz) – Schwebebalken (versch. Schritarten, einfache Sprünge, Drehungen beidbeinig) → Klasse 6: – Reck (Felgaufschwung, Felgumschwung, Felgunterschwung) – Sprung (Hocke Kasten quer)

Pflichtbereich Bewegen im Wasser		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden <u>Reflexions- und Urteilskompetenz</u> – mit Hilfe von Beobachtungsbögen Feedback geben – <u>Personalkompetenz</u> – Fähigkeiten, Fertigkeiten und Wissen in Bezug auf Selbstreflexion und Selbststeuerung entwickeln <u>Sozialkompetenz</u> – Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen [...] verantwortungsvoll zu handeln	– gleiten und schweben, springen und tauchen – zwei Schwimmtechniken mit Starts und Wenden unter Berücksichtigung wichtiger Technikmerkmale [...] demonstrieren – wichtige Merkmale von zwei Schwimmtechniken nennen und erklären – Bade- und Sicherheitsregeln benennen und einhalten – die eigene Leistungsfähigkeit beim Bewegen im Wasser einschätzen	– vielfältige Bewegungserfahrungen beim Gleiten, Schweben und Tauchen sammeln – 50m Brust, 25m Kraul / Rückenkraul – Springen: Startsprung – Wenden

Pflichtbereich Tanzen, Gestalten, Darstellen		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden – Bewegungen gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken <u>Reflexions- und Urteilskompetenz</u> – verschiedene Sinnrichtungen des Sports erkennen <u>Sozialkompetenz</u> – Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen – wertschätzend miteinander umgehen und andere integrieren – bei der Lösung von Konflikten die Interessen und Ziele aller Beteiligten berücksichtigen – bei sportlichen Aktivitäten kommunizieren, kooperieren und konkurrieren	– verschiedene Grundsprünge mit dem Seil ausführen – vorgegebene Bewegungen in komplexeren Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen – Gestaltungskriterien und mögliche Variationen benennen – Rhythmus erfassen und strukturieren – Gestaltungskriterien auf eine Bewegungsverbindung anwenden und variieren – In Partnerarbeit eine Bewegungsverbindung gestalten und diese präsentieren	→ Klasse 5: <u>Seil</u> „Wir gestalten eine Bewegungsverbindung mit dem Seil und präsentieren sie.“ - Erlernen der Basiskombination aus den gymnastischen Grundformen - Die Grundformenkombinationen synchron (zu zweit oder zu dritt) tanzen - Umgestalten der Aufstellungsformen und Raumwege - Gemeinsames Reflektieren der gelösten Bewegungsaufgaben - Präsentation in Kleingruppen

Wahlpflichtbereich Miteinander/gegeneinander kämpfen		
Prozessbezogene Kompetenzen	Inhaltsbezogene Kompetenzen	Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht
Die Schülerinnen und Schüler können		
<u>Bewegungskompetenz</u> – alters- und entwicklungsgemäße konditionelle Anforderungen bewältigen – koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten anwenden – grundlegendes Fachwissen [...] anwenden [...] <u>Personalkompetenz</u> – Fähigkeiten, Fertigkeiten und Wissen in Bezug auf Selbstreflexion und Selbststeuerung entwickeln <u>Sozialkompetenz</u> – Mitschülerinnen und Mitschüler [...] unterstützen und ihnen [...] helfen [...] verantwortungsvoll zu handeln	– Verschiedene Formen des Zweikampfes am Boden [...] ausführen und anwenden – Taktiken und Strategien [...] anwenden – mit der eigenen Kraft [...] umgehen – Rituale ausführen und deren Bedeutung erklären – sich regelrecht und fair [...] verhalten – ihre Emotionen [...] reflektieren und kontrollieren – [...] grundlegende Regeln [...] erläutern	Wir kämpfen regelgerecht: Aufbau von Körperkontakt / Vertrauen zum Partner entwickeln Einführung der Stoppregel, Rituale und Umgangsformen Kennenlernen und Erwerb verschiedener Techniken des Zweikampfes: Schieben, Verdrängen, Drehen, Fixieren

Hinweis:

Der Wahlpflichtbereich *Fahren, Rollen, Gleiten* wird im Rahmen einer Exkursion in Klasse 5 durchgeführt (z.B. Fahrradtour, Inlineskating, Eislauf)