

**Kerncurriculum
für die Grundschule
Schuljahrgänge 1 – 4**

Sport

Das vorliegende Kerncurriculum für die Grundschule bildet die Grundlage für den Unterricht im Fach Sport. An der Weiterentwicklung des Kerncurriculums waren die nachstehend genannten Personen beteiligt:

Sascha Bremsteller, Syke
Anna-Lena Gradert, Celle
Dörte Jahr, Embsen
Claudia Lepke, Salzgitter
Tanja Vukojevic, Pattensen

Die Ergebnisse des gesetzlich vorgeschriebenen Anhörungsverfahrens sind berücksichtigt worden.

Herausgegeben vom Niedersächsischen Kultusministerium (2020)
Hans-Böckler-Allee 5, 30173 Hannover

Druck:
Unidruck
Weidendamm 19
30167 Hannover

Das Kerncurriculum kann als "PDF-Datei" vom Niedersächsischen Bildungsserver (NiBiS) unter <https://www.nibis.de> heruntergeladen werden.



Inhalt

1	Bildungsbeitrag des Faches Sport	5
2	Kompetenzorientierter Unterricht	7
2.1	Kompetenzbereiche	7
2.2	Kompetenzentwicklung	8
2.3	Innere Differenzierung	10
3	Erwartete Kompetenzen	13
3.1	Prozessbezogene Kompetenzen	14
3.2	Inhaltsbezogene Kompetenzen	15
3.3	Erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern	16
	Bewegungsfeld „Spielen“	16
	Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“	17
	Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“	18
	Bewegungsfeld „Kämpfen“	20
	Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“	21
	Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“	23
	Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“	24
4	Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung	26
5	Aufgaben der Fachkonferenz	28
6	Anhang	29
	Beispiele zu den erwarteten Kompetenzen in den Bewegungsfeldern	29
	Motorische Basiskompetenzen	31

1 Bildungsbeitrag des Faches Sport

Der Sportunterricht leistet einen unverzichtbaren, nicht ersetzbaren Beitrag zur ganzheitlichen Bildung und Erziehung und trägt somit zur Persönlichkeitsentwicklung und -stärkung bei. Er soll bei allen Schülerinnen und Schülern die Freude an der Bewegung und am gemeinschaftlichen Sporttreiben wecken und die Einsicht vermitteln, dass sich kontinuierliches Sporttreiben, verbunden mit einer gesunden Lebensführung, positiv auf ihre körperliche, soziale, emotionale und geistige Entwicklung auswirkt. Gleichzeitig soll Sport in der Schule Fairness, Toleranz, Teamgeist, Leistungsbereitschaft und den Wettkampfgedanken fördern. Damit erfüllt der Sportunterricht seinen Doppelauftrag, der sowohl eine Qualifikation zur Teilhabe an der Sport- und Bewegungskultur (Erziehung zum Sport) als auch eine Entwicklungsförderung durch Sport und Bewegung (Erziehung durch Sport) beinhaltet.

Die veränderte Spiel- und Bewegungswelt, in der Kinder heute aufwachsen, kann zu einer Veränderung der motorischen Leistungsfähigkeit führen. Im Sportunterricht ist daher die Entwicklung motorischer Fähigkeiten und Fertigkeiten elementar und als Lernprozess anzulegen.

In Bewegung, Spiel und Sport kommen sich Menschen näher. Die Gemeinschaft kann intensiv erlebt und erfahren werden. Daraus ergeben sich für den Schulsport, unter Berücksichtigung der Heterogenität einer Lerngruppe, besondere Möglichkeiten, soziale Kompetenzen wie Rücksichtnahme, Respekt und Empathie zu erwerben. Ergänzend leistet das Fach Sport durch den Erwerb von Schlüsselqualifikationen, wie beispielsweise Team- und Kooperationsfähigkeit, einen Beitrag zur Vorbereitung auf das spätere Berufsleben.

Über das Bewegungshandeln hinaus thematisiert das Fach Sport dabei soziale, ökonomische, ökologische, politische, kulturelle und interkulturelle Phänomene und Probleme. Es leistet damit einen Beitrag zu den fachübergreifenden Bildungsbereichen Bildung für nachhaltige Entwicklung, Medienbildung, Mobilität, Sprachbildung sowie Verbraucherbildung. Dies schließt auch die Berücksichtigung der Vielfalt sexueller Identitäten ein. Der Unterricht im Fach Sport trägt somit dazu bei, den in § 2 des Niedersächsischen Schulgesetzes formulierten Bildungsauftrag umzusetzen.

Eine weitere Aufgabe des Unterrichts im Fach Sport ist es, dazu beizutragen, dass die Schülerinnen und Schüler die für den erfolgreichen Schulbesuch und die gesellschaftliche Teilhabe notwendigen sprachlichen Kompetenzen erwerben. Die kompetente Verwendung von Sprache ist deshalb auch im Fach Sport Teil des Unterrichts. Im Unterricht geht es darum, die Lernenden schrittweise und kontinuierlich von der Verwendung der Alltagssprache zur kompetenten Verwendung der Bildungssprache, einschließlich der Fachbegriffe aus dem Bereich Sport, zu führen. Die Schülerinnen und Schüler erhalten Gelegenheit, die Bildungssprache und die Fachsprache aufzunehmen, selbst zu erproben und Sprachbewusstsein zu entwickeln. Dabei werden die verwendeten sprachlichen Mittel und die sprachlichen Darstellungsformen zunehmend komplexer. Bei der Planung und Durchführung konkreter Unterrichtseinheiten und Unterrichtsstunden ist Sorge dafür zu tragen, dass die sprachlichen Kenntnisse nach Bedarf vermittelt und nicht vorausgesetzt werden.

In der Grundschule ist eine zusätzliche dritte Sportstunde durch tägliche, in den Fachunterricht zu integrierende, Bewegungszeiten (z. B. durch Bewegungspausen, Bewegungsgeschichten, Energizer, Bewegungslieder) zu gewährleisten.¹

¹ vgl. Grundsatzertlass „Die Arbeit in der Grundschule“ in der geltenden Fassung.

Der Schulsport besteht darüber hinaus nicht nur aus dem Unterrichtsfach Sport, sondern auch aus dem außerunterrichtlichen Bewegungs-, Spiel- und Sportangebot der Schule (z. B. Sportfeste, Wettbewerbe, Projekte, Arbeitsgemeinschaften). Der Schulsport kann ferner innerhalb der Kooperation mit Sportvereinen und Sportfachverbänden sowie der Talentsichtung und -förderung Berücksichtigung finden. Im verlängerten Schultag einer Ganztagschule sind Bewegungs-, Spiel- und Sportangebote unverzichtbare Bestandteile des außerunterrichtlichen Angebotes.

2 Kompetenzorientierter Unterricht

Im Kerncurriculum des Faches Sport werden die Zielsetzungen des Bildungsbeitrags durch verbindlich erwartete Lernergebnisse konkretisiert und als Kompetenzen formuliert. Dabei werden, im Sinne eines Kerns, die als grundlegend und unverzichtbar erachteten fachbezogenen Kenntnisse und Fertigkeiten vorgegeben.

Kompetenzen weisen folgende Merkmale auf:

- Sie zielen ab auf die erfolgreiche und verantwortungsvolle Bewältigung von Aufgaben und Problemstellungen.
- Sie verknüpfen Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten zu eigenem Handeln. Die Bewältigung von Aufgaben setzt gesichertes Wissen und die Beherrschung fachbezogener Verfahren voraus sowie die Einstellung und Bereitschaft, diese gezielt einzusetzen.
- Sie stellen eine Zielperspektive für längere Abschnitte des Lernprozesses dar.
- Sie sind für die persönliche Bildung und für die weitere schulische und berufliche Ausbildung von Bedeutung und ermöglichen anschlussfähiges Lernen.

Die erwarteten Kompetenzen werden in Kompetenzbereichen zusammengefasst, die das Fach strukturieren. Aufgabe des Unterrichts im Fach Sport ist es, die Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler anzuregen, zu unterstützen, zu fördern und langfristig zu sichern. Dies gilt auch für die fachübergreifenden Zielsetzungen der Persönlichkeitsbildung.

2.1 Kompetenzbereiche

Die Kompetenzbereiche im Fach Sport gliedern sich in **inhalts- und prozessbezogene Kompetenzen**. Dabei ist eine didaktische Verknüpfung beider Bereiche unerlässlich.

Die Voraussetzung für die didaktische Verknüpfung ist, dass die Schülerinnen und Schüler sich selbst kennenlernen und sich ihre Welt bewegend erschließen. Im Wechselspiel zwischen den individuellen Voraussetzungen der Kinder und den Anforderungen der Umwelt entstehen bedeutsame Erlebnisse. Der Sportunterricht sollte die unten genannten mehrdimensionalen und grundlegenden Erfahrungen ermöglichen:

- Sozialerfahrungen
- Gelingenserfahrungen
- Körpererfahrungen
- Materialerfahrungen
- Bewegungserfahrungen
- Ausdruckserfahrungen
- Gesundheitserfahrungen

Diese Erfahrungen spiegeln sich sowohl in den inhalts- als auch in den prozessbezogenen Kompetenzbereichen wider.

Die **prozessbezogenen Kompetenzen** sind in die drei Bereiche Methoden-, Sozial- und Selbstkompetenz gegliedert (vgl. Kapitel 3.1).

Die **inhaltsbezogenen Kompetenzen** sind auf Grundlage von motorischen Basiskompetenzen als Sachkompetenzen in sieben Bewegungsfeldern formuliert (vgl. Kapitel 3.2).

Das Schaubild stellt den Zusammenhang zwischen den inhalts- und prozessbezogenen Kompetenzen dar.

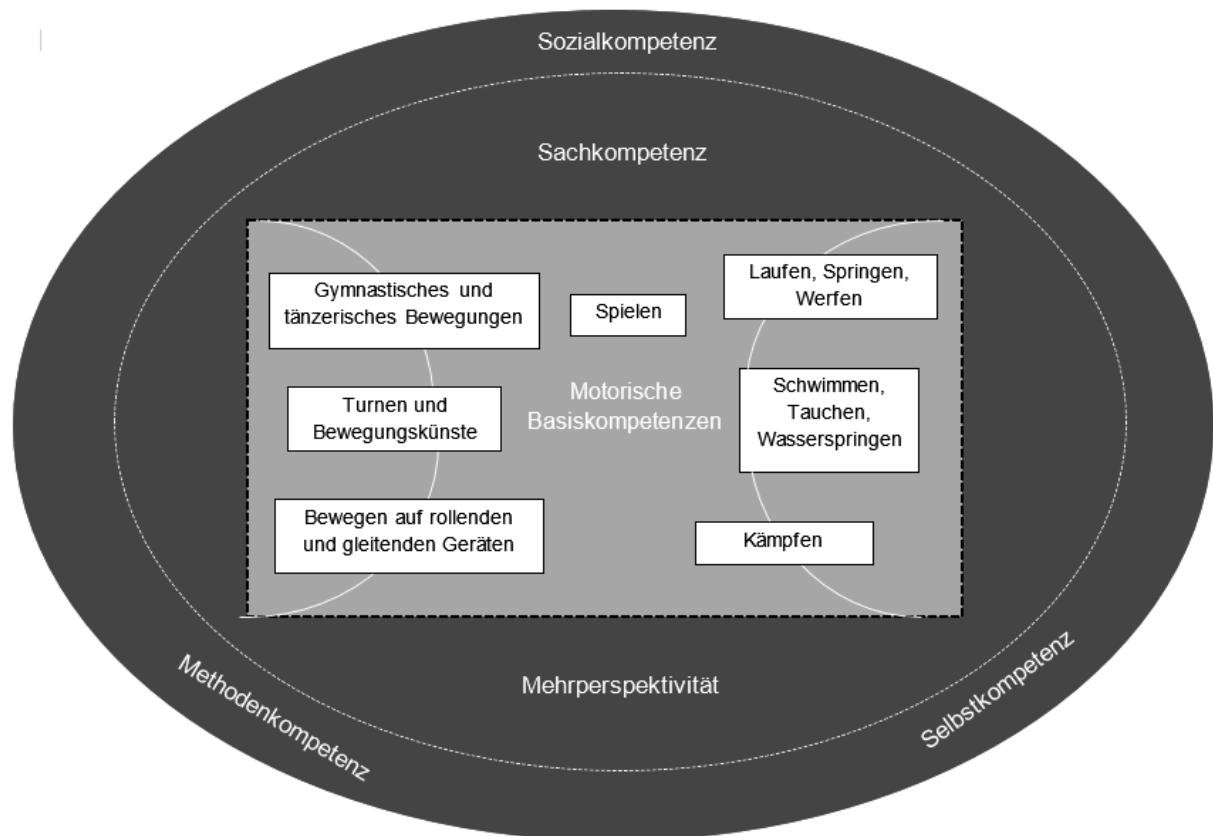


Abb. 1: Verknüpfung der Kompetenzbereiche

2.2 Kompetenzentwicklung

Die Kompetenzentwicklung ist ein langfristiger Prozess, der bereits vor der Grundschulzeit beginnt. Die Schülerinnen und Schüler bringen sehr unterschiedliche Erfahrungen und Voraussetzungen für den Sportunterricht mit. Neben dem Entwicklungsstand der Schülerinnen und Schüler im Bereich der motorischen Fähigkeiten zählen z. B. auch die allgemeinen Voraussetzungen wie Motivation, Belastbarkeit, Lernvermögen, Heterogenität und Lerntempo dazu (vgl. Kapitel 2.3).

Der Unterricht hat die Aufgabe, die Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler anzuregen, zu unterstützen, zu fördern und nachhaltig im Sinne eines Spiralcurriculums zu sichern. Um in Anwendungssituationen erfolgreich handeln zu können, ist ein Zusammenspiel von inhalts- und prozessbezogenen Kompetenzen erforderlich. Damit Schülerinnen und Schüler Kompetenzen entwickeln können, ist eine kompetenzorientierte Unterrichtsgestaltung im Sinne des Doppelauftrages des Sportunterrichts notwendig (vgl. Kapitel 1).

Motorische Basiskompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler benötigen eine Grundlage, um sich Bewegungskulturen erschließen zu können. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit der Förderung von motorischen Basiskompetenzen (s. Anhang).

Die motorischen Basiskompetenzen aus den Bereichen *Koordination, Haltung, Ausdauer und Wahrnehmung* sind Voraussetzung für Bewegung, Spiel und Sport und daher im sportlichen Anfangsunterricht zu integrieren. Durch die Heterogenität der Lerngruppen ist es sinnvoll, in den Jahrgängen 3 und 4 die motorischen Basiskompetenzen wieder aufzugreifen.

Kompetenzorientierte Unterrichtsgestaltung

Die Lernenden sollen im Unterricht zum Erfahren und im Umgang mit den Inhalten angeregt und zu selbstständigem Bewegungshandeln aufgefordert werden. Dabei können unterschiedliche Lernwege genutzt werden (vgl. Kapitel 2.3). Ausschlaggebend ist, dass Lehrkräfte sowie Schülerinnen und Schüler wertschätzend miteinander umgehen und dass die Lernenden ihre Kompetenzen kontextbezogen in den Unterricht einbringen können.

Die Lehrkraft entscheidet, welche Freiräume für die Lösung von Bewegungsaufgaben für den Kompetenzerwerb gewinnbringend sind. Dies geschieht in Abhängigkeit von der Zielsetzung, den Erfahrungshintergründen, den individuellen Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler, dem Sicherheitsrahmen und den räumlich-sächlichen Gegebenheiten. Die Lehrkraft stellt entsprechend eng oder weit gefasste Aufgaben unter Berücksichtigung der Mehrperspektivität (siehe Kapitel 2.3) und arrangiert die Lernsituation, möglichst gemeinsam mit den Lernenden.

Die Reflexion des erworbenen Wissens und Könnens ist dabei im Sportunterricht von großer Bedeutung, um den Erwerb von Kompetenzen aus den Bereichen Methoden-, Sozial-, Selbst- und Sachkompetenz zu fördern (vgl. Kapitel 3). In den verschiedenen Jahrgangsstufen erfolgt die Reflexion in einem altersangemessenen Abstraktionsgrad. Durch Selbstreflexion und gemeinsame Reflexion werden Erfahrungen und inhaltliche Schwerpunkte in das Bewusstsein gerückt und der Lernerwerb gesichert.

Das Schaubild stellt Aspekte des Unterrichtes dar.

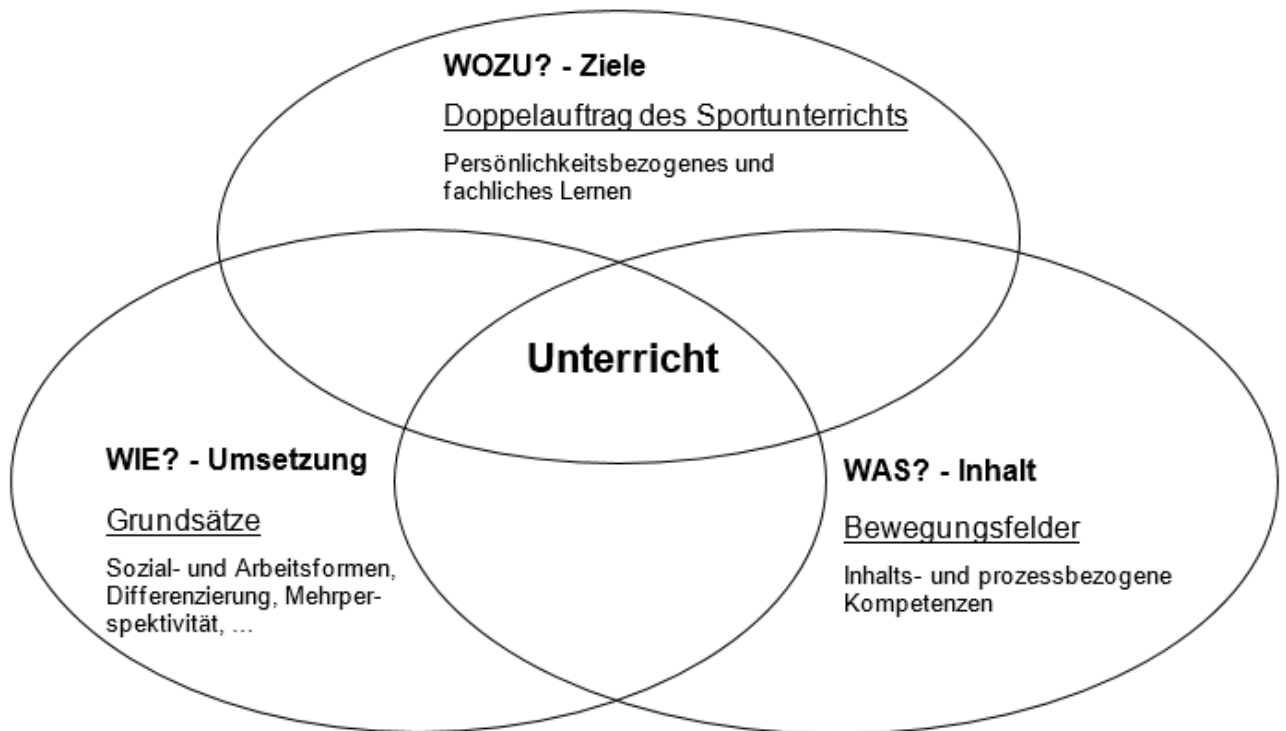


Abb. 2: Aspekte des Unterrichtes

2.3 Innere Differenzierung

Aufgrund der unterschiedlichen Lernvoraussetzungen, der individuellen Begabungen, Fähigkeiten und Neigungen sowie des unterschiedlichen Lernverhaltens sind differenzierende Lernangebote und Lernanforderungen für den Erwerb der vorgegebenen Kompetenzen unverzichtbar. Innere Differenzierung ist Grundprinzip in jedem Unterricht. Dabei werden Aspekte wie z. B. Begabungen, motivationale Orientierung, Geschlecht, Alter, sozialer, ökonomischer und kultureller Hintergrund, Leistungsfähigkeit und Sprachkompetenz berücksichtigt.

Innere Differenzierung beruht einerseits auf der Grundhaltung, Vielfalt und Heterogenität der Schülerschaft als Chance und als Bereicherung zu sehen. Andererseits ist sie ein pädagogisches Prinzip für die Gestaltung von Unterricht im Allgemeinen und für die Organisation von Lernprozessen im Besonderen, auch hinsichtlich der Sozialformen. Eine bedeutsame Rolle kommt dabei dem kooperativen Lernen zu. Ziele der inneren Differenzierung sind die individuelle Förderung und die soziale Integration der Schülerinnen und Schüler.

Aufbauend auf einer Diagnose der individuellen Lernvoraussetzungen unterscheiden sich die Lernangebote z. B. in ihrer Offenheit und Komplexität, dem Abstraktionsniveau, den Zugangsmöglichkeiten, den Schwerpunkten, den bereitgestellten Hilfen und der Bearbeitungszeit. Geeignete Aufgaben zum Kompetenzerwerb berücksichtigen immer die Prinzipien der Unterrichtsgestaltung. Sie lassen vielfältige Lösungsansätze zu und regen die Kreativität von Schülerinnen und Schülern an.

Vor allem leistungsschwache Schülerinnen und Schüler brauchen zum Erwerb der verpflichtend erwarteten Kompetenzen des Kerncurriculums vielfältige Übungsangebote, um bereits Gelerntes angemessen zu festigen. Die Verknüpfung mit bereits Bekanntem und das Aufzeigen von Strukturen im gesamten Kontext des Unterrichtsthemas erleichtern das Lernen.

Für besonders leistungsstarke Schülerinnen und Schüler werden Lernangebote bereitgestellt, die deutlich über die als Kern an alle Schülerinnen und Schüler bereits gestellten Anforderungen hinausgehen und einen höheren Anspruch haben. Diese Angebote dienen der Vertiefung und Erweiterung und lassen komplexe Fragestellungen zu.

Innere Differenzierung fordert und fördert fächerübergreifende Kompetenzen wie das eigenverantwortliche, selbstständige Lernen und Arbeiten, die Kooperation und Kommunikation in der Lerngruppe sowie das Erlernen und Beherrschen wichtiger Lern- und Arbeitstechniken. Um den Schülerinnen und Schülern eine aktive Teilnahme am Unterricht zu ermöglichen, ist es vorteilhaft, sie in die Planung des Unterrichts einzubeziehen. Dadurch übernehmen sie Verantwortung für den eigenen Lernprozess. Ihre Selbstständigkeit wird durch das Bereitstellen vielfältiger Materialien und durch die Möglichkeit eigener Schwerpunktsetzungen gestärkt.

Um die Selbsteinschätzung der Schülerinnen und Schüler zu fördern, stellt die Lehrkraft ein hohes Maß an Transparenz über die Lernziele, die Verbesserungsmöglichkeiten und die Bewertungsmaßstäbe her. Individuelle Lernfortschritte werden wahrgenommen und den Lernenden regelmäßig zurückgespiegelt. Im Rahmen von Lernzielkontrollen gelten für alle Schülerinnen und Schüler einheitliche Bewertungsmaßstäbe.

Besonderheiten im Sportunterricht

Innere Differenzierung im Sportunterricht berücksichtigt nicht nur die oben genannten Voraussetzungen der Schülerinnen und Schüler, sondern vor allem auch

- anlagebedingte Voraussetzungen, die als physische und psychische Leistungsfaktoren die körperliche Leistungsfähigkeit (z. B. Größe, Krankheitsbilder) bestimmen und
- sozialisationsbedingte Voraussetzungen, die förderlich oder hemmend auf die sportliche Leistung und die Einstellung zum Sport einwirken (z. B. unterschiedliche sportliche Vorerfahrungen).

Als methodisches Hilfsmittel zur Differenzierung, insbesondere auch in einem inklusiven Sportunterricht, eignet sich beispielsweise das TREE-Modell², welches ausführlich in den „Materialien für den kompetenzorientierten Unterricht im Primarbereich und Sekundarbereich I – Sport mit heterogenen Lerngruppen“ beschrieben wird.³

² TREE steht als Akronym für die vier englischen Begriffe *Teaching Style, Rules, Equipment* und *Environment*, die sich in den oben genannten Differenzierungsmöglichkeiten wiederfinden (vgl. *Australian Sports Commission, Sports Ability Activity Cards*. Belconnen, 2006).

³ Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.). (2016). *Materialien für den kompetenzorientierten Unterricht im Primarbereich und Sekundarbereich I – Sport mit heterogenen Lerngruppen*. Hannover: Unidruck.

Bei der inneren Differenzierung sind die Faktoren der Mehrperspektivität in methodisch angemessener Weise zu berücksichtigen, um die Vermittlung vielfältiger Erlebnisse, Erfahrungen und deren gegenseitige Verknüpfung zu ermöglichen.

Pädagogische Perspektive		Beispiel (Rolle vorwärts)
Eindruck	Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern	„Ich drehe mich.“
Ausdruck	Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten	„Ich rolle wie ein Igel.“
Wagnis	Etwas wagen und verantworten	„Ich traue mich, bergab zu rollen.“
Leistung	Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen	„Ich kann jetzt nach der Rolle wieder aufstehen.“
Miteinander	Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen	„Ich helfe Tom beim Rollen.“
Gesundheit	Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln	„Ich kann den Rücken ganz rund machen.“

Zieldifferente Beschulung

Schülerinnen und Schüler mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Förderschwerpunkt Lernen oder im Förderschwerpunkt geistige Entwicklung werden zieldifferent unterrichtet. Die Beschulung von Schülerinnen und Schülern mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Förderschwerpunkt Lernen erfolgt in Anlehnung an das Kerncurriculum der Grundschule. Materialien für einen kompetenzorientierten Unterricht im Förderschwerpunkt Lernen sind veröffentlicht.⁴ Schülerinnen und Schüler mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Förderschwerpunkt geistige Entwicklung werden nach dem Kerncurriculum für den Förderschwerpunkt geistige Entwicklung unterrichtet.

⁴ Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.). (2016). Materialien für den kompetenzorientierten Unterricht im Primarbereich und Sekundarbereich I – Sport mit heterogenen Lerngruppen. Hannover: Unidruck.

3 Erwartete Kompetenzen

Im Fach Sport werden in einem differenzierten Lernprozess inhaltsbezogene und prozessbezogene Kompetenzen in den nachfolgenden sieben Bewegungsfeldern von den Schülerinnen und Schülern erworben:

- Spielen
- Gymnastisches und tänzerisches Bewegen
- Laufen, Springen, Werfen
- Kämpfen
- Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen
- Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten
- Turnen und Bewegungskünste

In Kapitel 3.1 werden übergeordnete **prozessbezogene Kompetenzen** beschrieben, die in die drei Bereiche Methodenkompetenz (MeK), Sozialkompetenz (SoK) und Selbstkompetenz (SeK) gegliedert werden.

In Kapitel 3.2 werden übergeordnete **inhaltsbezogene Kompetenzen** aufgeführt, die in allen Bewegungsfeldern als Sachkompetenzen erworben werden.

In Kapitel 3.3 erfolgt die tabellarische Darstellung der **erwarteten Kompetenzen in sieben Bewegungsfeldern**. Jedes Bewegungsfeld ist in verschiedene inhaltliche Schwerpunkte gegliedert. Die Spalten der inhaltsbezogenen Kompetenzen sind von links nach rechts zu lesen. Die zugehörigen prozessbezogenen Kompetenzen sind grau unterlegt, in MeK, SoK, SeK unterteilt und jahrgangsübergreifend zu verstehen. Die am Ende von Jahrgang 2 erworbenen Kompetenzen werden im Sinne eines Spiralcurriculums in den folgenden Jahrgängen weiterentwickelt. Die motorischen Basiskompetenzen sind für jedes Bewegungsfeld im Anhang hinterlegt.

Alle sieben Bewegungsfelder sollen in beiden Doppeljahrgängen berücksichtigt werden. Entsprechend den Formulierungen in den Bewegungsfeldern sind die zu erwartenden Kompetenzen nach Jahrgang 2 und nach Jahrgang 4 zu erreichen und im schuleigenen Arbeitsplan zu verankern (vgl. Kapitel 5). Eine Ausnahme kann das Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“ bilden, welches aus schulorganisatorischen Gründen gegebenenfalls nur in bestimmten Jahrgängen unterrichtet werden kann (vgl. Kapitel 3.3).

3.1 Prozessbezogene Kompetenzen

Die prozessbezogenen Kompetenzen, die von den Schülerinnen und Schülern erworben werden, sind in die drei Bereiche Methodenkompetenz, Sozialkompetenz und Selbstkompetenz gegliedert. Dabei ist die Reflexion von Bewegungshandlungen und Bewegungssituationen Grundlage für eine kognitive Auseinandersetzung im Sportunterricht. Die folgenden aufgelisteten Kompetenzen sind übergeordnet formuliert und werden in den sieben Bewegungsfeldern sportartenspezifisch konkretisiert.

Methodenkompetenz (MeK)

Die Schülerinnen und Schüler ...

- beobachten, beschreiben, reflektieren und bewerten u. a. einfache Bewegungsabläufe, Spielverhalten, Unterrichtssequenzen und gruppendynamische Prozesse.
- entwickeln Regeln und wenden diese altersgemäß und situationsgerecht an.
- präsentieren Ergebnisse.
- entwickeln Lernstrategien.

Sozialkompetenz (SoK)

Die Schülerinnen und Schüler ...

- gehen mit anderen Menschen empathische Bewegungsbeziehungen ein und lassen sich auf körperliche Nähe ein.
- stellen Kommunikation auf Ebenen der Sprache, der Mimik und Gestik sowie der Bewegung her.
- verhalten sich verantwortungsvoll und fair (z. B. Fairplay, Toleranz, Respekt, Konfliktbewältigung und Regelbewusstsein).
- arbeiten in verschiedenen Sozialformen ziel- und sachorientiert zusammen.
- helfen und sichern altersangemessen im Lern- und Übungsprozess (z. B. Auf- und Abbau).

Selbstkompetenz (SeK)

Die Schülerinnen und Schüler ...

- entwickeln und erhalten Bewegungsfreude.
- gehen mit sich (und anderen) achtsam und gesundheitsbewusst um.
- nehmen sich wahr, drücken sich aus und erfahren sich durch Bewegung selbst.
- bewegen sich geschickt und situativ angemessen, demonstrieren eigene Bewegungslösungen.
- schätzen Wagnis und Risiken in Lernsituationen realistisch ein.
- setzen sich angemessene Ziele.
- gehen mit Erfolg und Misserfolg angemessen um.
- verbessern ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit.

3.2 Inhaltsbezogene Kompetenzen

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen sind dem Kompetenzbereich Sachkompetenz zugeordnet. Dabei sind die von den Schülerinnen und Schülern zu erreichenden Kompetenzen sowohl im Bereich der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten als auch im Bereich der einfachen Technik- und Taktikschulung elementar. Sie sind entscheidend für die langfristige und erfolgreiche Teilnahme am Sportunterricht.

Die folgenden aufgelisteten Kompetenzen sind übergeordnet formuliert und werden in den sieben Bewegungsfeldern sportartenspezifisch konkretisiert.

Sachkompetenz

Die Schülerinnen und Schüler...

- entwickeln, erhalten und steigern ihre körperliche Leistungsfähigkeit.
- bilden konditionelle und koordinative Fähigkeiten altersgemäß aus.
- wenden einfache Bewegungstechniken an.
- bahnen einfache, allgemeine Fähigkeiten, Fertigkeiten und Taktiken an.
- entwickeln allgemeines Regelbewusstsein und grundsätzliches Spielverständnis.
- erwerben grundlegende Kenntnisse über sportliche Zusammenhänge (z. B. Sport und Bewegung, Sport und Gesundheit).

3.3 Erwartete Kompetenzen in den Bewegungsfeldern

Bewegungsfeld „Spielen“

Spielen bezieht sich auf freies, erkundendes Spielen mit Sportgeräten und Alltagsmaterialien sowie auf darstellendes und regelgeleitetes Spielen. Es bedeutet, allgemeine und spielformbezogene Spielfähigkeiten in neuen Spielsituationen anzuwenden und Spielen als soziales Handeln zu praktizieren. Viele Inhalte des Bewegungsfeldes „Spielen“ lassen sich in anderen Bewegungsfeldern wiederfinden (z. B. Erwärmungsspiele/Abschlussspiele, Staffelspiele).

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
	Die Schülerinnen und Schüler ...	
Allgemeine Spielfähigkeit und Fairplay entwickeln	<ul style="list-style-type: none"> • erfassen und erklären einfache Spielideen und setzen sie um. • verstehen einfache Spielregeln und halten sie ein. • spielen miteinander und gegeneinander fair. • werfen/fangen Bälle in Spielsituationen und treffen Ziele. 	<ul style="list-style-type: none"> • erfassen und erklären komplexere Spielideen und setzen sie regelkonform um. • wenden einfache Strategien in konkreten Spielsituationen und festen Spielfeldgrenzen an.
	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten, beschreiben und reflektieren Spielverhalten und gruppendynamische Prozesse (MeK). • stellen vor und in Spielsituationen Kommunikation auf Ebenen der Sprache, der Mimik und Gestik her (SoK). • verhalten sich verantwortungsvoll und fair (z. B. Fairplay, Toleranz, Regelbewusstsein und Respektieren von Schiedsrichterentscheidungen) (SoK). • bewegen sich in Spielsituationen geschickt und situativ angemessen (Sek). 	
Spielformbezogene Spielfähigkeit entwickeln		<ul style="list-style-type: none"> • nutzen Bälle und Schläger im Spiel sachgerecht. • spielen ein großes Sportspiel in vereinfachter Form regel- und sportartgerecht. • wenden einfache Taktiken (Freilaufen/Anbieten) an und spielen mannschaftsdienlich.
	<ul style="list-style-type: none"> • entwickeln Spielregeln und wenden diese altersgemäß und situationsgerecht an (MeK). • schätzen sich selbst in Spielsituationen in Bezug zu anderen ein und bewerten sich (SoK). • arbeiten in verschiedenen Sozialformen ziel- und sachorientiert zusammen (SoK). • gehen mit Erfolg und Misserfolg im und nach dem Spiel angemessen um (Sek). 	

Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“

Gymnastisches und tänzerisches Bewegen umfasst die kreative Auseinandersetzung mit den gymnastisch-tänzerischen Bewegungsformen (z. B. Gehen, Laufen, Federn, Hüpfen, Springen, Drehen) und weitere körperliche Ausdrucksmöglichkeiten. Spielerisch sollen Bewegungsabläufe durch Üben verbessert und gestalterisch weiterentwickelt werden. Bewegung, Rhythmus und Musik eröffnen die Möglichkeiten für Improvisationen und Präsentationen, allein und mit anderen.

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
	Die Schülerinnen und Schüler ...	
Bewegungen rhythmisieren und ein Gefühl für Rhythmus entwickeln	<ul style="list-style-type: none"> • erleben Musik als individuellen Bewegungsanreiz. • nehmen Rhythmen auf und setzen sie in Bewegung um. 	<ul style="list-style-type: none"> • setzen vorgegebene rhythmische Bewegungen um. • gehen kreativ mit Rhythmus und Bewegung um.
	<ul style="list-style-type: none"> • stellen Kommunikation auf Ebenen der Sprache, der Mimik und Gestik sowie der Bewegung her (SoK). • entwickeln und erhalten Bewegungsfreude (Sek). • nehmen sich wahr, drücken sich aus und erfahren sich durch Bewegung zur Musik selbst (Sek). 	
Rhythmen - mit oder ohne Gerät - in entsprechende Bewegungen umsetzen	<ul style="list-style-type: none"> • erlernen einfache Grundschritte (mit oder ohne Gerät) rhythmisch zur Musik. • führen einfache Formen des Seilspringens aus. 	<ul style="list-style-type: none"> • gestalten in der Gruppe Tanzsequenzen (mit oder ohne Gerät) und präsentieren diese. • entwickeln Formen des Seilspringens weiter und führen sie vor.
	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten, beschreiben und präsentieren einfache gymnastisch-tänzerische Bewegungsformen (MeK). • arbeiten in verschiedenen Sozialformen ziel- und sachorientiert zusammen (SoK). 	

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“

Laufen, Springen, Werfen sind grundlegende Bewegungsformen für das Erschließen alltäglicher und sportspezifischer Bewegungszusammenhänge. Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihr Bewegungskönnen und erlernen elementare leichtathletische Bewegungsformen. Das Bewegungsfeld beinhaltet leichtathletische Disziplinen und ausgewählte Aspekte der Kinder- und Spilleichtathletik.

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
	<p align="center">Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • nehmen unterschiedliche körperliche Reaktionen (z. B. Herzschlag, Schwitzen) wahr und beschreiben diese. • setzen verschiedene Übungen aus dem Lauf-ABC spielerisch um. 	<ul style="list-style-type: none"> • erfahren und erklären weitere körperliche Reaktionen (z. B. Atmung, Puls).
<p>Individuelles Lauftempo an Streckenlänge und verschiedene Bedingungen anpassen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • laufen ausdauernd mindestens das Lebensalter in Minuten ohne Pause. 	<ul style="list-style-type: none"> • passen ihre Laufbewegung an wechselnde Bedingungen an. • laufen ausdauernd mindestens zweimal das Lebensalter in Minuten ohne Pause.
<p>Auf kurzer Strecke schnell laufen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • entwickeln und erhalten Freude am ausdauernden Laufen (Sek). • gehen beim ausdauernden Laufen mit sich achtsam und gesundheitsbewusst um (Sek). • verbessern ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Ausdauerfähigkeit (Sek). 	<ul style="list-style-type: none"> • laufen geradlinig und zielgerichtet mindestens 50 m im maximalen Tempo. • reagieren schnell auf ein Startkommando. • starten aus verschiedenen Positionen.
	<ul style="list-style-type: none"> • laufen geradlinig und zielgerichtet mindestens 30 m im maximalen Tempo. • reagieren schnell auf ein Signal. 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihre Laufgeschwindigkeit ein und bewerten sich selbst in Bezug zu anderen (SoK). • gehen mit Erfolg und Misserfolg bei Wettläufen angemessen um (Sek).

<p>Weitwerfen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • werfen in verschiedenen Wurftechniken unterschiedliche Bälle/Wurfgegenstände. • erproben die Schlagballwurftechnik. 	<ul style="list-style-type: none"> • führen einfache Formen des Schlagballwurfs aus dem Stand aus.
	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten und beschreiben altersangemessen den Bewegungsablauf der Schlagballwurftechnik (MeK). • verbessern ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Leistungsfähigkeit (SeK). 	
<p>Weitspringen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • erproben unterschiedliche Formen des Hüpfens und Springens. • springen aus einem Anlauf einbeinig ab und landen beidbeinig. 	<ul style="list-style-type: none"> • springen aus einem schnellen Anlauf einbeinig ab, setzen diesen effektiv in die Weite um und landen sicher.
	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten und beschreiben altersangemessen den Bewegungsablauf des Weitspringens (MeK). • nehmen sich beim Springen wahr und erfahren sich selbst (SeK). • verbessern ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Sprungfähigkeit (SeK). 	

Bewegungsfeld „Kämpfen“

Kämpfen beinhaltet Kräfte messen und miteinander kämpfen. Es umfasst die direkte körperliche und kooperative Auseinandersetzung mit einer Partnerin/ einem Partner in einer geregelten und unter sozialer Kontrolle stattfindenden Kampfsituation. Anders als beim Kräftemessen gilt beim Kämpfen das Freiwilligkeitsprinzip bei der Partnerwahl. Über anfängliche Vertrauens- und Kooperationsspiele, einfaches Kräftemessen mit wenig Körperkontakt (z. B. Ziehen und Schieben), Kämpfen um Gegenstände und zuletzt Kämpfen miteinander in unterschiedlichen Positionen (z. B. liegend, kniend, stehend) wird sukzessive der Körperkontakt gesteigert.

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
<p>Fair kämpfen</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler ...</p> <ul style="list-style-type: none"> • vereinbaren grundlegende Regeln und Rituale und halten sie ein. • übernehmen Verantwortung für die Unversehrtheit der Partnerin/des Partners. 	<ul style="list-style-type: none"> • kämpfen fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander. • übernehmen einfache Schiedsrichterfunktionen.
	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich verantwortungsvoll und fair (z. B. Fairplay, Toleranz, Respekt, Konfliktbewältigung, Regelbewusstsein) und akzeptieren Schiedsrichterentscheidungen (SoK). • gehen mit Erfolg und Misserfolg beim Kräftemessen und Kämpfen angemessen um (SeK). 	<ul style="list-style-type: none"> • lassen sich auf körperliche Nähe im Zweikampf mit verschiedenen Partnerinnen/Partnern ein. • setzen die eigene Kraft situationsangemessen und verantwortungsvoll ein. • finden in Partnerkämpfen Lösungen zur Erhaltung des Gleichgewichts (einfache taktische Elemente).
<p>Eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • lassen Körpernähe zu, halten sie aus und bauen Vertrauen auf. • erfahren ihren eigenen Kräfteinsatz. • halten das Gleichgewicht beim Miteinanderkämpfen. 	<ul style="list-style-type: none"> • schätzen ihre Kraft in Bezug zu anderen ein (SoK). • gehen mit anderen empathische Bewegungsbeziehungen ein und nehmen Rücksicht auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen (SoK). • bewegen sich geschickt und situativ angemessen, beschreiben und demonstrieren eigene Bewegungslösungen (SeK).

Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“

Schwimmen hat einen hohen gesundheitlichen Wert und kann lebensrettend sein. Daher sollte jedes Kind am Ende der Grundschulzeit sicher schwimmen können. Voraussetzung dafür ist, dass man sich im Wasser angstfrei bewegen und die Eigenschaften des Wassers nutzen kann. Vielfältige Erfahrungsmöglichkeiten am, im, auf dem und unter Wasser führen dazu, dass sich ein Wasserbewegungsgefühl entwickelt. Das Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“ eröffnet zusätzlich auch im Freizeitbereich einen sichereren Zugang zum Bewegungsraum Wasser.

Für dieses Bewegungsfeld sind besondere Vorgaben zur Aufsicht und Organisation, zur Ausstattung und Ausrüstung sowie zu den fachlichen Voraussetzungen der Lehrkraft zu beachten.⁵ Da im Primarbereich in der Regel nicht in allen Schuljahren Schwimmunterricht erteilt wird, sind die erwarteten Kompetenzen für das Ende des 4. Schuljahrgangs formuliert.

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 4
	Die Schülerinnen und Schüler ...
Öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen	<ul style="list-style-type: none"> • kennen die Baderegeln und halten sie ein. • setzen die hygienisch notwendigen Maßnahmen selbstständig um.
	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich im Schwimmbad verantwortungsvoll (Regelbewusstsein) (SoK). • gehen mit sich achtsam und gesundheitsbewusst um (SeK).
Wassergewöhnung	<ul style="list-style-type: none"> • bewegen sich im bauchtiefen Wasser mit Armeinsatz. • tauchen unter und lassen unter Wasser die Augen geöffnet. • atmen unter Wasser durch Mund und Nase aus.
	<ul style="list-style-type: none"> • entwickeln und erhalten Bewegungsfreude im Wasser (SeK). • nehmen sich wahr und erfahren sich durch Bewegung im Wasser selbst (SeK).

⁵ vgl. Runderlass „Bestimmungen für den Schulsport“ in der jeweils geltenden Fassung.

	<ul style="list-style-type: none"> • schweben auf der Wasseroberfläche in Bauch- und Rückenlage. • stoßen sich vom Beckenrand in Bauch- und Rückenlage ab und gleiten möglichst weit. • bewegen sich mit Schwimm-/Auftriebshilfen schwimmend im brusttiefen Wasser fort.
<p>Wasserbewältigung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten, beschreiben und reflektieren die Wassereigenschaften zum Schweben, Gleiten und Sich-Fortbewegen (MeK). • nehmen sich bewegend im Wasser wahr (SeK).
<p>Sich schwimmend fortbewegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bewegen sich schwimmend in Bauch- und Rückenlage fort. • beherrschen die Grundlagen einer Schwimmtechnik (Brust-, Rücken- oder Kraulschwimmen). • schwimmen 200m ohne Pause.
<p>Sich schwimmend fortbewegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten und beschreiben einfache Schwimmbewegungen (MeK). • schätzen sich und ihre Schwimmfähigkeit realistisch ein (SoK). • verbessern ihre individuelle Leistungsbereitschaft und Schwimmfähigkeit (SeK).
	<ul style="list-style-type: none"> • tauchen kopfwärts im mindestens schultertiefen Wasser ab und holen einen Gegenstand hoch (Tiefentauchen). • kennen den Druckausgleich und wenden ihn an. • stoßen sich in Bauchlage vom Beckenrand ab und gleiten/schwimmen unter Wasser möglichst weit (Streckentauchen).
<p>Tauchen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • entwickeln Lernstrategien zum Tauchen (MeK). • gehen beim Tauchen mit sich achtsam und gesundheitsbewusst um (SeK). • schätzen Wagnis und Risiken in Tauchsituationen realistisch ein (SeK).
	<ul style="list-style-type: none"> • führen einen Sprung aus und schwimmen anschließend weiter. • präsentieren zwei verschiedene Sprünge vom Beckenrand und aus erhöhter Position.
<p>Wasserspringen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich beim Springen verantwortungsvoll und rücksichtsvoll (SoK). • schätzen Wagnis und Risiken in Lernsituationen beim Springen realistisch ein (SeK).

Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“

Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten (z. B. Rollbrett, Waveboard, Inlineskates, Rollschuhe, Roller, Fahrrad, Einrad, Schlittschuhe, Schlitten) umfasst raumgreifende, geschwindigkeits- und gleichgewichtsabhängige Bewegungsformen. Diese sind in Innen- und Außenräumen (Verortung mit Mobilität) mit spezifischen Körper- und Bewegungserfahrungen verbunden.

Für dieses Bewegungsfeld sind besondere Vorgaben zur Aufsicht und Organisation, zur Ausstattung und Ausrüstung sowie zu den fachlichen Voraussetzungen der Lehrkraft zu beachten.⁶

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
	Die Schülerinnen und Schüler ...	
Das dynamische Gleichgewicht halten	<ul style="list-style-type: none"> • halten das Gleichgewicht in verschiedenen Körperpositionen auf rollenden/gleitenden Geräten. 	<ul style="list-style-type: none"> • erleben und beherrschen Geschwindigkeit, Flieh- und Beschleunigungskräfte auf rollenden/gleitenden Geräten.
	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich verantwortungsvoll und fair (z. B. Gefahrenvermeidung, Sicherheitsaspekt, sachgerechter Umgang mit Roll-/Gleitgeräten) (SoK). • nehmen sich selbst auf dem rollenden/gleitenden Gerät wahr (SeK). 	
Bewegungen des Gleitens und Rollens ausführen	<ul style="list-style-type: none"> • bewegen sich mit rollenden oder gleitenden Geräten kontrolliert fort, ändern die Richtung und bremsen. • halten grundlegende Regeln für ein verantwortungsvolles/sicherheitsbewusstes Gleiten und Rollen ein. 	<ul style="list-style-type: none"> • bewältigen mit rollenden/gleitenden Geräten komplexe und differenzierte Bewegungsanforderungen.
	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich verantwortungsvoll und fair (z. B. Regelbewusstsein, Sicherheitsaspekt) (SoK). • bewegen sich geschickt und situativ angemessen, demonstrieren eigene Bewegungslösungen (SeK). • schätzen Risiken beim Rollen und Gleiten realistisch ein und reagieren adäquat (SeK). 	

⁶ vgl. Runderlass „Bestimmungen für den Schulsport“ in der jeweils geltenden Fassung.

Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“

Das Bewegungsfeld beinhaltet erlebnisreiches Bewegen in Gerätearrangements, die Grundfertigkeiten des Turnens und das gegenseitige Helfen, Unterstützen und Sichern. Das vielseitige Bewegen und Bewegungskunststücke können im normierten Turnen (Boden- und Gerätturnen) und im nicht-normierten Turnen (z. B. Gerätelandschaften, Fitnessarrangements, freies Turnen, Akrobatik) erfahren werden. Die genannten Themen beziehen sich auf die Grundformen des Turnens wie z. B. Rollen, Drehen, Stützen, Schwingen, Springen, Hangeln, Balancieren und Klettern.

Für dieses Bewegungsfeld sind besondere Vorgaben zur Aufsicht und Organisation, zur Ausstattung und Ausrüstung sowie zu den fachlichen Voraussetzungen der Lehrkraft zu beachten.⁷

Erwartete Kompetenzen	am Ende von Schuljahrgang 2	am Ende von Schuljahrgang 4
	Die Schülerinnen und Schüler ...	
Umgang mit Geräten kennenlernen, Helfen und Sichern lernen	<ul style="list-style-type: none"> • lernen Geräte kennen und sicher zu transportieren. • helfen und sichern altersangemessen im Lern- und Übungsprozess (z. B. erste einfache Helfergriffe beim Turnen) (SoK). • gehen beim Gerätetransport mit sich und anderen achtsam und gesundheitsbewusst um (SeK). 	<ul style="list-style-type: none"> • bauen Geräte sachgerecht und sicher auf und ab.
Grundlegende turnerische Bewegungsformen am Boden erlernen	<ul style="list-style-type: none"> • turnen eine Rolle vorwärts aus dem Stand. 	<ul style="list-style-type: none"> • verbinden und präsentieren flüssig zwei Bewegungselemente aus dem Bodenturnen. • stützen und halten ihr eigenes Körpergewicht mit Körperperspannung (z. B. Handstand mit Hilfe oder Rad).
	<ul style="list-style-type: none"> • beobachten und beschreiben einfache turnerische Bewegungsabläufe (MeK). • präsentieren turnerische Elemente am Boden (MeK). • nehmen sich wahr, drücken sich aus und erfahren sich durch turnerische Bewegung selbst (SeK). 	

⁷ vgl. Runderlass „Bestimmungen für den Schulsport“ in der jeweils geltenden Fassung.

<p>Grundlegende turnerische Bewegungsformen an und auf Geräten erlernen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • stützen und halten ihr eigenes Körpergewicht. • balancieren, schaukeln, klettern, schwingen und hangeln mit Körperspannung an/auf verschiedenen Geräten. • landen beidbeinig sicher aus unterschiedlichen Höhen im kontrollierten Niedersprung im Stand. • bewältigen selbstsichernd einfache Gerätearrangements. 	<ul style="list-style-type: none"> • stützen und halten das eigene Körpergewicht mit Körperspannung an Geräten. • turnen mit beidbeinigem Absprung (von einer Sprunghilfe) einen Stützsprung aus dem Anlauf heraus auf bzw. über ein Gerät und landen sicher. • bewältigen selbstsichernd komplexere Gerätearrangements.
	<ul style="list-style-type: none"> • verhalten sich rücksichtsvoll an unterschiedlichen Gerätearrangements (SoK). • bewegen sich geschickt und situativ angemessen, demonstrieren eigene Bewegungslösungen an unterschiedlichen Gerätearrangements (Sek). • schätzen Wagnis und Risiken in Turnsituationen realistisch ein (SeK). 	
<p>Einfache akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät erlernen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • lernen mit verschiedenen Geräten erste einfache Jonglage-Übungen kennen. 	<ul style="list-style-type: none"> • präsentieren mit einer Partnerin/einem Partner oder in der Gruppe ein akrobatisches Kunststück.
	<ul style="list-style-type: none"> • präsentieren ihre Bewegungskünste (MeK). • gehen bei akrobatischen Bewegungen mit anderen Menschen empathische Bewegungsbeziehungen ein und lassen sich auf körperliche Nähe ein (SoK). • arbeiten in verschiedenen Sozialformen ziel- und sachorientiert zusammen (SoK). • gehen in akrobatischen Übungen mit sich und anderen achtsam und gesundheitsbewusst um (SeK). 	

4 Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung

Leistungen im Unterricht sind in allen Kompetenzbereichen festzustellen. Dabei ist zu bedenken, dass die sozialen und personalen Kompetenzen, die über das Fachliche hinausgehen, von den im Kerncurriculum formulierten erwarteten Kompetenzen nur in Ansätzen erfasst werden.

Der an Kompetenzerwerb orientierte Unterricht bietet den Schülerinnen und Schülern einerseits ausreichend Gelegenheiten, Problemlösungen zu erproben, andererseits fordert er den Kompetenznachweis in Leistungssituationen. Ein derartiger Unterricht schließt die Förderung der Fähigkeit zur Selbsteinschätzung der Leistung ein.

In Lernsituationen dienen Fehler und Umwege den Schülerinnen und Schülern als Erkenntnismittel, den Lehrkräften geben sie Hinweise für die weitere Unterrichtsplanung. Das Erkennen von Fehlern und der produktive Umgang mit ihnen sind konstruktiver Teil des Lernprozesses. Für den weiteren Lernfortschritt ist es wichtig, bereits erworbene Kompetenzen herauszustellen und Schülerinnen und Schüler zum Weiterlernen zu ermutigen.

In Leistungs- und Überprüfungssituationen ist das Ziel, die Verfügbarkeit der erwarteten Kompetenzen nachzuweisen. Leistungsfeststellungen und Leistungsbewertungen geben den Schülerinnen und Schülern Rückmeldungen über die erworbenen Kompetenzen und den Lehrkräften Orientierung für notwendige Maßnahmen zur individuellen Förderung. Neben der kontinuierlichen Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernfortschritte sind die Ergebnisse sportpraktischer, mündlicher und anderer fachspezifischer Lernkontrollen zur Leistungsfeststellung heranzuziehen.

Leistungsfeststellungen sollen regelmäßig zu den verschiedenen unterrichtlichen Schwerpunkten erfolgen, damit die Leistungsbewertung auf eine breite Basis gestellt wird. In Lernkontrollen werden überwiegend Kompetenzen überprüft, die im unmittelbar vorangegangenen Unterricht erworben werden konnten. Darüber hinaus sollen jedoch auch Problemstellungen einbezogen werden, die die Verfügbarkeit von Kompetenzen eines langfristig angelegten Kompetenzaufbaus überprüfen.

Zur Leistungsbewertung im Sportunterricht werden sowohl die inhaltsbezogenen als auch die prozessbezogenen Kompetenzen herangezogen. Die sportpraktischen Leistungen und die sonstigen (mündlichen und anderen fachspezifischen) Leistungen gehen etwa zu gleichen Teilen in die Zeugnisnote ein. Die Lehrkraft hat die pädagogische Verantwortung, in der Notenfindung die folgenden Bezugsnormen angemessen zu berücksichtigen:

- a. Sachnorm (Erfüllung der im Kerncurriculum Sport genannten Kompetenzen),
- b. Individualnorm (Differenz zwischen der individuellen Anfangs- und Endleistung unter Berücksichtigung persönlicher Ausgangsbedingungen) und
- c. Sozialnorm (Relation der festgestellten Leistung im Vergleich zur Gruppe).

Der Sachnorm kommt logisch und zeitlich die vorrangige Bedeutung zu, da sich Individual- und Sozialnorm auf die Erfüllung der Sachanforderungen beziehen.

Neben der kontinuierlichen Beobachtung der Schülerinnen und Schüler im Lernprozess und ihrer individuellen Lernfortschritte, die in der Dokumentation der individuellen Lernentwicklung erfasst werden, sind die Ergebnisse sportpraktischer und sonstiger Leistungen heranzuziehen.

Zu den sonstigen Leistungen zählen z. B.:

- Beiträge zum Unterrichtsgespräch,
- mündliche bzw. schriftliche Überprüfungen,
- Unterrichtsdokumentationen (z. B. Protokoll, Lernbegleitheft, Lerntagebuch, Portfolio),
- Anwenden fachspezifischer Methoden und Arbeitsweisen,
- Präsentationen, auch mediengestützt (z. B. durch Einsatz von Multimedia, Plakat, Modell),
- Ergebnisse von Partner- oder Gruppenarbeiten und deren Darstellung,
- verantwortungsvolle Zusammenarbeit im Team und
- Langzeitaufgaben und Lernwerkstattprojekte.

Bei kooperativen Arbeitsformen sind sowohl die individuelle Leistung als auch die Gesamtleistung der Gruppe in die Bewertung einzubeziehen. So werden neben methodisch-strategischen auch die sozial-kommunikativen Leistungen angemessen berücksichtigt. Die Grundsätze der Leistungsfeststellung und der Leistungsbewertung müssen für die Schülerinnen und Schüler sowie für die Erziehungsberechtigten transparent sein.

Zieldifferente Leistungsbewertung

Schülerinnen und Schüler mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung in den Förderschwerpunkten Lernen oder geistige Entwicklung werden im Sportunterricht zieldifferent beschult und bewertet. Die Beschulung von Schülerinnen und Schülern mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Förderschwerpunkt Lernen erfolgt in Anlehnung an das Kerncurriculum der Grundschule. Zur Orientierung dienen Materialien für einen kompetenzorientierten Unterricht im Förderschwerpunkt Lernen.⁸

Schülerinnen und Schüler mit einem festgestellten Bedarf an sonderpädagogischer Unterstützung im Förderschwerpunkt geistige Entwicklung werden nach dem Kerncurriculum für den Förderschwerpunkt geistige Entwicklung⁹ unterrichtet.

Die Leistungsfeststellung und -bewertung bei zieldifferenter Beschulung (Lernen und geistige Entwicklung) erfolgt auf Grund differenzierter Leistungsanforderungen und individueller Lernziele. Sie orientieren sich an den individuell erreichten Lernfortschritten und den Zielvorgaben des individuellen Förderplans und sind nach den Vorgaben der Förderschule in Textform im Zeugnis festzuhalten.

Alle anderen Förderschwerpunkte werden zielgleich unterrichtet. Die zielgleiche Bewertung der Schülerinnen und Schüler mit Beeinträchtigungen kann im jeweiligen Einzelfall mit einem Nachteilsausgleich erfolgen, dabei können die Schadensklassen und Faktoren des Deutschen Behindertensportverbandes (DBS) herangezogen werden.¹⁰

⁸ Nds. Kultusministerium (2008). Materialien für einen kompetenzorientierten Unterricht. Förderschwerpunkt Lernen. Sport.

⁹ In der jeweils geltenden Fassung.

¹⁰ Niedersächsisches Kultusministerium (Hrsg.). (2016). Materialien für den kompetenzorientierten Unterricht im Primarbereich und Sekundarbereich I – Sport mit heterogenen Lerngruppen. Hannover: Unidruck.

5 Aufgaben der Fachkonferenz

Die Fachkonferenz erarbeitet unter Beachtung der rechtlichen Grundlagen und der fachbezogenen Vorgaben des Kerncurriculums einen fachbezogenen schuleigenen Arbeitsplan (Fachcurriculum). Die Erstellung des Fachcurriculums ist ein Prozess.

Mit der regelmäßigen Überprüfung und Weiterentwicklung des Fachcurriculums trägt die Fachkonferenz zur Qualitätsentwicklung des Faches und zur Qualitätssicherung bei. Die Fachkonferenz ...

- legt die Themen bzw. die Struktur von Unterrichtseinheiten fest, die die Entwicklung der erwarteten Kompetenzen ermöglichen, und berücksichtigt dabei regionale Bezüge,
- legt die zeitliche Zuordnung innerhalb der Doppelschuljahrgänge fest,
- trifft Absprachen zu Maßnahmen zur Differenzierung, Individualisierung sowie über geeignete Instrumente zur Diagnose,
- arbeitet fachübergreifende und fächerverbindende Anteile des Fachcurriculums heraus und stimmt diese mit den anderen Fachkonferenzen ab,
- entscheidet, welches Unterrichtsmaterial benutzt und angeschafft werden soll,
- trifft Absprachen zur einheitlichen Verwendung der Fachsprache und der fachbezogenen Hilfsmittel,
- trifft Absprachen zur Konzeption und zur Bewertung von sportpraktischen und sonstigen (mündlichen und anderen fachspezifischen) Leistungen und bestimmt deren Verhältnis bei der Festlegung der Zeugnisnote,
- entwickelt ein fachbezogenes Konzept zum Einsatz von Medien im Zusammenhang mit dem schulinternen Mediencurriculum,
- wirkt mit bei der Entwicklung des Förderkonzepts der Schule und stimmt die erforderlichen Maßnahmen zur Umsetzung ab,
- initiiert die Nutzung außerschulischer Lernorte, die Teilnahme an Wettbewerben etc.,
- initiiert Beiträge des Faches zur Gestaltung des Schullebens und trägt zur Entwicklung des Schulprogramms bei,
- trifft Absprachen zur Abstimmung der fachbezogenen Arbeitspläne mit den benachbarten Grundschulen sowie den weiterführenden Schulen,
- ermittelt Fortbildungsbedarfe innerhalb der Fachgruppe und entwickelt Fortbildungskonzepte für die Fachlehrkräfte und
- unterstützt das Kollegium bei der Umsetzung der täglichen Bewegungszeiten (der dritten Sportstunde) im Fachunterricht.

6 Anhang

Beispiele zu den erwarteten Kompetenzen in den Bewegungsfeldern

Bewegungsfeld „Spielen“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Allgemeine Spielfähigkeit und Fair-play entwickeln	Kleine Spiele, Lauf- und Fangspiele mit/ohne Geräte, Abwurfspiele, Spiele mit Alltagsmaterialien, Kooperationsspiele
Spielformbezogene Spielfähigkeit entwickeln	Vereinfachte große Sportspiele (z. B. Handball, Fußball, Basketball, Hockey, Ultimate Frisbee, Flag Football, Touch Rugby) Vereinfachte Rückschlagspiele (z. B. Volleyball, Badminton, Tischtennis, Tennis)
Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Bewegungen rhythmisieren und ein Gefühl für Rhythmus entwickeln	Freies Bewegen, Rhythmus- und Klatschspiele, Bewegungs- und Musikgeschichten, Kindertänze
Rhythmen – mit oder ohne Gerät - in entsprechende Bewegungen umsetzen	Kinder- und Trendtänze, rhythmisches Bewegen (z. B. mit Tüchern, Bällen), Rope Skipping
Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Individuelles Lauftempo an Streckenlänge und verschiedene Bedingungen anpassen	Laufspiele, Fahrtspiele, Intervallspiele, DLV Laufabzeichen, Orientierungsläufe, Gelände- und Waldläufe
Auf kurzer Strecke schnell laufen	Reaktionsläufe/-spiele, Staffelläufe
Weitwerfen	Wurfspiele
Weitspringen	Hüpfspiele, Sprungarten, Sprung-ABC
Bewegungsfeld „Kämpfen“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Fair kämpfen	Gemeinsam Regelplakate erarbeiten, Rituale einführen
Eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen	Kooperations- und Vertrauensspiele, Körperkontaktspiele, Kräftemessen, Kämpfe um Räume und Geräte, Kämpfe in unterschiedlichen Körperlagen, Übungen zur An- und Entspannung

Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen	Baderegeln überprüfen, Baderegelrap/-lied singen
Wassergewöhnung	Spiele/Staffeln, Tauchspiele
Wasserbewältigung	Gleiten auf dem Rollbrett an Land (Pfeilhaltung), Spiele im brusttiefen Wasser, Schweb- und Gleitspiele
Sich schwimmend fortbewegen	Visualisierung der Bewegungen, Nutzung von Auftriebshilfen
Tauchen	Tauchspiele, Streckentauchen durch einen Reifen
Wasserspringen	Springen fußwärts/kopfwärts, Paketsprung, Strecksprung
Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Das dynamische Gleichgewicht halten	Erproben von z. B. Teppichfliesen, Rollbrettern, Rollern und Fahrrädern, Entwerfen von Regelplakaten
Bewegungen des Gleitens und Rollens ausführen	Rollbrett-/Fahrradführerschein, Fallschule (z. B. Inlineskating, Eislaufen), einfache/komplexe Geräteparcours
Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“	
Erwartete Kompetenz	Praxisbeispiele
Umgang mit Geräten kennenlernen, Helfen und Sichern lernen	Vertrauens- und Kooperationsspiele, Auf- und Abbau nach Anweisungen, Umsetzung von Aufbaukarten/-plänen, Transportspiele
Grundlegende turnerische Bewegungsformen am Boden erlernen	Variantenreiches Rollen in der Körperlängs- und Querachse, Handstandvorübungen, Stützübungen, Turnbewegungen in Fang- und Abwurfspiele integrieren, Standwaage, Strecksprung, Handstand, Rad, Kerze
Grundlegende turnerische Bewegungsformen an und auf Geräten erlernen	Bewegungslandschaften, verschiedene Stationen, Wagnis- und Risikosituationen, Sprünge auf dem Mini-Trampolin
Einfache akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät erlernen	Jonglage mit Tüchern, Tellern, Bällen, Vertrauens- und Kooperationsspiele, einfache Pyramiden mit Partnerinnen/Partnern

Motorische Basiskompetenzen

Die Schülerinnen und Schüler benötigen eine Grundlage, um sich Bewegungskulturen erschließen zu können. Daraus ergibt sich die Notwendigkeit der Förderung von motorischen Basiskompetenzen. Die motorischen Basiskompetenzen sind als Voraussetzungen für Bewegung, Spiel und Sport zu betrachten, die im Sinne des lebenslangen Lernens und Sporttreibens, ständig weiterentwickelt werden müssen. Daher ist es wichtig, sie direkt im sportlichen Anfangsunterricht zu integrieren. Durch die Heterogenität der Lerngruppen kann es sich auch als sinnvoll erweisen, in den Jahrgängen 3 und 4 die motorischen Basiskompetenzen wieder aufzugreifen. Die motorischen Basiskompetenzen beschreiben, was Kinder mindestens können müssen, um aktiv und nachhaltig an Bewegung, Spiel und Sport teilhaben zu können.^{11,12}

Motorische Basiskompetenzen werden in die Bereiche „Koordination“, „Haltung“, „Ausdauer“ sowie den sensomotorischen Bereich „Wahrnehmung“ gegliedert. Die hier aufgelisteten Basiskompetenzbereiche sind miteinander vernetzt und ihnen werden folgende Definitionen zugrunde gelegt:

Koordination: Ausbildung der koordinativen Fähigkeiten kinästhetische Differenzierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Gleichgewichtsfähigkeit, Rhythmuffähigkeit

Haltung: Ausbildung von Kraft, Beweglichkeit und Koordination sowie Vermittlung von Körpererfahrungen

Ausdauer¹³: Ausbildung der allgemeinen dynamischen aeroben Ausdauer

Wahrnehmung: Prozess der Informationsaufnahme sowie der Weiterleitung, Koordination und Verarbeitung der Reize im Gehirn: vestibuläre, kinästhetische, taktile, visuelle, auditive Wahrnehmung

¹¹ vgl. Neumann, P. (2013). Kompetenzorientierung im Sportunterricht an Grundschulen. Aachen: Meyer & Meyer.

¹² vgl. Gerlach/Hermann (2014). Motorische Basiskompetenzen in der Grundschule. Pädagogische Zielentscheidung und Aufgabenentwicklung. In: Sportunterricht, 63, 11, S. 322-328.

¹³ vgl. Nds. Kultusministerium (Hrsg.). (2008). Gaschler, Lauenstein, Pfortner, Schieb. Kinder fördern durch Bewegung und Sport. Band 1. Koordination. Darmstadt: Frottscher Druck. S. 16.

Die nachfolgende Tabelle zeigt die vier Basiskompetenzbereiche mit ihren entsprechenden, inhaltlichen Schwerpunktsetzungen¹⁴:

Motorische Basiskompetenzen¹⁵

Koordination	Haltung	Ausdauer	Wahrnehmung
kinästhetische Differenzierungsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> genau und ökonomisch mit Händen und Füßen handeln 	motorische Aspekte Kraft und Beweglichkeit ... <ul style="list-style-type: none"> bewusst erleben körperlich wahrnehmen altersgemäß entwickeln 	Ausdauer erleben <ul style="list-style-type: none"> Ausdaueranforderungen allein und in Gruppen positiv erfahren individuell angemessen bewältigen und bewerten 	vestibuläre Wahrnehmung <ul style="list-style-type: none"> beschleunigte geradlinige und drehende Bewegungen erfahren, bewältigen und bewerten
Reaktionsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> schnell und adäquat auf Signale, vorausgehende Bewegungshandlungen bzw. aktuelle Reizsituationen reagieren 	wahrnehmungsorientierte Aspekte Körpererfahrung und Haltung ... <ul style="list-style-type: none"> erspüren ausdrücken bewusst einnehmen 	Ausdauer erfahren und gestalten <ul style="list-style-type: none"> Ausdaueranforderungen in Verbindung mit Orientierungs- und Präzisionsaufgaben gestalten und reflektieren 	kinästhetische Wahrnehmung <ul style="list-style-type: none"> Unterschied zwischen An- und Entspannung erspüren Körperstellung, Kräfteinsatz, Richtung und Geschwindigkeit bei einer Bewegung bestimmen
Orientierungsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> sich schnell und präzise in unterschiedlichen Räumen orientieren zu unterschiedlichen Raumpunkten hin orientieren 	kognitive Aspekte <ul style="list-style-type: none"> kindgemäße Vermittlung von Wissen über das Phänomen Haltung Haltung beschreiben 	Ausdauer und Gesundheit <ul style="list-style-type: none"> bei und nach Ausdaueranforderungen den eigenen Körper und die Umwelt wahrnehmen 	taktile Wahrnehmung <ul style="list-style-type: none"> Berührungen erspüren und bestimmen durch Berührung erkunden
Gleichgewichtsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> sicher das Stand-, Balancier-, Dreh- und Fluggleichgewicht halten bzw. wiederherstellen 			visuelle Wahrnehmung <ul style="list-style-type: none"> Farbe, Gestalt von Gegenständen, Raum und Bewegung bestimmen
Rhythmisierungsfähigkeit <ul style="list-style-type: none"> sich rhythmisch nach einem vorgegebenen Rhythmus bewegen den Rhythmus der eigenen Bewegungen erfassen und beibehalten 			auditive Wahrnehmung <ul style="list-style-type: none"> Gehörtes bestimmen und merken akustische Reize orten

¹⁴ vgl. Nds. Kultusministerium (Hrsg.). (2012) Gaschler, Klimek, Lauenstein. Kinder fördern durch Bewegung und Sport. Band 6. Pinguine auf Schatzsuche. Hannover: Unidruck.

¹⁵ vgl. Nds. Kultusministerium (Hrsg.). (2006 b). Gaschler, Lauenstein, Pfortner, Schieb. Kinder fördern durch Bewegung und Sport. Band 2. Haltung, Ausdauer. Wiesbaden/Geisenheim: profiproduct.

Auf den folgenden Seiten sind die Basiskompetenzen den jeweiligen Bewegungsfeldern zugeordnet und mit *kursiv gedruckten Beispielen*, zur Förderung dieser Basiskompetenzen im Unterricht, veranschaulicht. Die Basiskompetenzen aus dem Bewegungsfeld Spielen stellen die Grundlagen für viele Kompetenzen aus den weiteren Bewegungsfeldern dar.

Bewegungsfeld „Spiele“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Allgemeine Spielfähigkeit und Fair-play entwickeln	<p>Koordination: → verschiedene Gegenstände mit dosiertem Kräfteinsatz rollen und werfen (<i>Erproben von Wurfstationen</i>) → bei Fangspielen schnell und adäquat agieren/reagieren (<i>Ausweichen, Richtungswechsel</i>) → sich schnell und präzise in unterschiedlichen Räumen orientieren (<i>einfache Lauf- und Fangspiele</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → Kräfteinsatz, Richtung und Geschwindigkeit bei einer Bewegung bestimmen (<i>Ausweichen, rücksichtsvolle Berührung beim Fangen</i>)</p> <p>Ausdauer: → Ausdaueranforderungen in Verbindung mit Orientierungsaufgaben mit Spielgeräten oder Mitspielerinnen/Mitspielern erfahren (<i>Laufspiele, Fangspiele</i>)</p>

Bewegungsfeld „Gymnastisches und tänzerisches Bewegen“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Bewegungen rhythmisieren und ein Gefühl für Rhythmus entwickeln	<p>Koordination: → sich im Raum orientieren, Rhythmen aufnehmen und in Bewegung umsetzen (<i>freies Bewegen zu Musik, Klatschen, Stampfen</i>)</p> <p>Haltung: → Körperpositionen erspüren und halten, Beweglichkeit erleben (<i>Benennung von Körperteilen</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → auditive Wahrnehmung, den Körper an- und entspannen (<i>bewusste Wahrnehmung von Musik/Geräuschen</i>)</p>

Bewegungsfeld „Laufen, Springen, Werfen“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Individuelles Lauftempo an Streckenlänge und verschiedene Bedingungen anpassen	<p>Koordination: → sich im Raum und zu unterschiedlichen Raumpunkten orientieren (<i>einfache Laufspiele mit Orientierungsaufgaben</i>)</p> <p>Ausdauer: → Unterschied zwischen Be- und Entlastung wahrnehmen (<i>Unterschied zwischen Laufen/Gehen/Pausieren</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → Unterschied zwischen An- und Entspannung spüren (<i>Laufen/Gehen/Stehten/Sitzen/Liegen</i>) → unterschiedliche Geschwindigkeiten ausführen (<i>Fahrtspiele</i>)</p>

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Auf kurzer Strecke schnell laufen	<p>Koordination: → auf ein Signal mit Bewegung reagieren (Reaktion auf Starttöne)</p> <p>Wahrnehmung: → auf visuelle und auditive Reize reagieren (Reaktionen auf Bilder, Handzeichen, Geräusche)</p>
Weitwerfen	<p>Koordination: → Auge-Hand-Koordination (Erproben von Wurfstationen)</p> <p>Wahrnehmung: → Körperstellung und Richtung bei einer Bewegung spüren (Verständnis von Standposition und Wurfrichtung)</p>
Weitspringen	<p>Koordination: → Gleichgewicht halten und wiederherstellen (Gleichgewichtsbungen, ein- und beidbeinige Hüpfspiele)</p> <p>Wahrnehmung: → Körperstellung spüren (kurzes Lösen vom Boden)</p>

Bewegungsfeld „Kämpfen“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen	<p>Koordination: → Gleichgewicht halten und wiederherstellen (Gleichgewichtsbungen, Balancierübungen)</p> <p>Haltung: → Kraft und Haltung bewusst erleben (Übungen zur Körperspannung)</p> <p>Wahrnehmung: → Kräfteinsatz dosieren, An- und Entspannung erspüren (Wahrnehmung von Auswirkungen unterschiedlichen Kräfteinsatzes) → Berührungen erspüren/bestimmen/zulassen (Vertrauensspiele, Körperkontaktspiele)</p>

Bewegungsfeld „Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Wassergewöhnung	<p>Ausdauer: → Bereitschaft, Ausdaueranforderungen am eigenen Körper zu spüren (Laufspiele an Land und im Wasser)</p> <p>Haltung: → Körperhaltungen bewusst einnehmen (Aushalten des Kopf-unter-Wasser-Nehmens)</p> <p>Wahrnehmung: → Wasserberührung erspüren und aushalten (Duschen, Spiele mit Wasserspritzern) → Wasserdruck und Wasserwiderstand erspüren und aushalten (Stehen im Wasser) → Körperstellung und Richtung einer Bewegung bestimmen (Spiele zur Kenntnis von Körperlagen) → Unterschied zwischen An- und Entspannung wahrnehmen (Spiele zur Körperspannung)</p>

Bewegungsfeld „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Das dynamische Gleichgewicht halten	<p>Koordination: → das dynamische Gleichgewicht halten bzw. wiederherstellen (<i>Halten auf bewegten Geräten, Schaukeln</i>)</p> <p>Voraussetzungen für die Nutzung von Roll-/Gleitgeräten: → sich bewegend im Raum und zu unterschiedlichen Raumpunkten hin orientieren (<i>einfache Lauf- und Fangspiele</i>)</p> <p>→ motorisch adäquat agieren und auf aktuelle Reizsituationen reagieren (<i>Fangspiele, Ausweichen</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → beschleunigte, geradlinige und drehende Bewegungen aushalten und bewältigen (<i>Schaukeln, Drehen um die eigene Achse</i>)</p>
Bewegungen des Gleitens und Rollens ausführen	

Bewegungsfeld „Turnen und Bewegungskünste“ – Basiskompetenzen

Inhaltliche Schwerpunkte	Motorische Basiskompetenzen (Praxisbeispiele)
Umgang mit Geräten kennenlernen, Helfen und Sichern lernen	<p>Koordination: → im Raum orientieren (<i>Gerätetransport zu bestimmten Raumpunkten</i>)</p> <p>Haltung: → Kraft bewusst erleben (<i>gemeinsames Tragen von schweren Gegenständen</i>)</p>
Grundlegende turnerische Bewegungsformen am Boden erlernen	<p>Koordination: → sich in unterschiedlichen Räumen orientieren (<i>Bewegen am Boden und auf Matten</i>)</p> <p>Haltung: → Kraft und Beweglichkeit bewusst erleben (<i>kurzes Stützen des eigenen Gewichts, Vierfüßler</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → Drehbewegung aushalten (<i>Wälzen auf dem Boden, Drehen im Stehen</i>)</p>
Grundlegende turnerische Bewegungsformen an und mit Geräten erlernen	<p>Koordination: → sicher das Stand-, Balancier-, Dreh- und Fluggleichgewicht halten (<i>Drehen am Boden und im Stand, Schaukeln, Balancierübungen</i>)</p> <p>Haltung: → Kraft und Haltung bewusst erleben (<i>Übungen zur Körperspannung</i>)</p> <p>Wahrnehmung: → durch Berührung erkunden (<i>Erspüren der Oberflächenbeschaffenheit von Geräten und Festigkeit von Matten</i>)</p>

