

Fachlehrplan Grundschule



SACHSEN-ANHALT

Kultusministerium

Sport

An der Erarbeitung dieses Lehrplanes haben mitgewirkt:

Gehrke, Jana	Elsnigk
Haase, Anja	Thale
Hermann, Rosemarie	Halle (Leitung der Kommission)
Porsche, Petra	Schönhausen
Dr. Schützke, Rüdiger	Köthen (fachwissenschaftliche Beratung)

Der Lehrplan für die Grundschule besteht aus dem Grundsatzband und den Fachlehrplänen, die eine Einheit bilden.

Inhaltsverzeichnis

	Seite
1	Aufgaben und Konzeption des Faches5
2	Kompetenzen und Grundwissen7
2.1	Prozessbezogene Kompetenzen als Endniveau des Schuljahrganges 47
2.2	Inhaltsbezogene Kompetenzen als Endniveau der Schuljahrgänge 2 und 48
	Bereich: Spielen8
	Bereich: Fit werden - gesund bleiben10
	Bereich: Laufen, Springen, Werfen11
	Bereich: Bewegen an Geräten12
	Bereich: Rhythmisches Bewegen, Gestalten, Tanzen14
	Bereich: Gleiten, Rollen, Fahren15
	Bereich: Bewegen im Wasser16
3	Beitrag des Faches zur Entwicklung ausgewählter Basiskompetenzen.....17

1 Aufgaben und Konzeption des Faches

Der Sportunterricht hat die Aufgabe, die Schülerinnen und Schüler zu motorischer Handlungskompetenz zu führen, die es ermöglicht, Bewegung, Spiel und Sport dauerhaft als Lebensbedürfnis zu empfinden und Bewegungsaktivitäten sachgerecht und gesundheitsfördernd zu gestalten.

Ein breit gefächertes Angebot an Bewegung, Spiel und Sport soll an die im Kleinkind- und Vorschulalter mit Grundformen der Bewegung gesammelten Erfahrungen anknüpfen. Die umfassende Erweiterung des Bewegungsrepertoires entspricht dem alterstypischen Bewegungsbedürfnis und bildet die Basis für eine breite motorische Handlungsfähigkeit. Aufgabe des Sportunterrichts ist es nicht nur, Freude am Entdecken und Erproben von Bewegung zu wecken und zu erhalten, sondern ein dauerhaftes Interesse an körperlicher Betätigung als Grundlage einer gesundheitsorientierten Lebensführung zu festigen sowie durch die aktive Auseinandersetzung mit Objekten und Situationen die Bildung kognitiver Strukturen zu unterstützen.

Ein durch vielseitige Bewegungs- und Belastungsreize abwechslungsreich gestalteter Sportunterricht spricht alle Sinne an, fördert die Wahrnehmungsfähigkeit und das Körperbewusstsein. Koordinative und konditionelle Fähigkeiten werden qualitativ und quantitativ verbessert, motorische Fertigkeiten bis zur Grobform entwickelt und variabel verfügbar angewendet.

Angemessenes, vielfältiges Üben, Spielen und Gestalten sowie die Kombination bereits erlernter Fertigkeiten wecken Lernfreude, Neugier und Anstrengungsbereitschaft. Dadurch wird die physische, psychische und kognitive Leistungsfähigkeit als grundlegende Voraussetzung für die weitere fachspezifische Ausbildung in den nachfolgenden Bildungsgängen gesteigert. Die Auswahl der Inhalte und Methoden muss die individuelle Leistungsfähigkeit der Kinder berücksichtigen und sollte sich an ihren Interessen, den personellen, materiellen, lokalen Bedingungen orientieren sowie bestehende Traditionen einschließen.

Mit der Förderung von Norm- und Pflichtbewusstsein, sozialen Verhaltensweisen wie Rücksichtnahme, Solidarität, Toleranz und Konfliktfähigkeit hat der Sportunterricht großen Anteil an der Werteerziehung in der Gesellschaft.

Durch sportliche Betätigung, auch unter Einbeziehung der Natur als Lernort, erfahren die Kinder die Wirkung von Bewegung auf Körper, Gesundheit sowie persönliches Wohlbefinden. Sie erwerben in partner-, gruppen- oder mannschaftsbezogenen Spiel- und Übungsformen soziale Kompetenzen, lernen sowohl im kooperierenden als auch

konkurrierenden Miteinander Verantwortung für sich und andere zu übernehmen. Dabei erproben sie Möglichkeiten des fairen Umgangs und werden befähigt, sich mit Partnerinnen/Partnern und Gegnerinnen/Gegnern auseinander zu setzen, unterschiedliche körperliche Voraussetzungen zu akzeptieren sowie die Ergebnisse anderer anzuerkennen.

Das Erleben von Erfolg bzw. Misserfolg unterstützt die realistische Einschätzung von eigenem Können und erreichter Leistungsfähigkeit. Der Sportunterricht ist so zu gestalten, dass die Entwicklung eines positiven Selbstkonzeptes gefördert wird.

Im Sportunterricht sind grundlegende Kompetenzen zu entwickeln, die in allen Lernbereichen des Faches von Bedeutung sind und während der gesamten Schulzeit in einem ständigen Prozess vervollkommen werden müssen. Solche prozessbezogenen Kompetenzen sind:

- Erfahren und Gestalten von Bewegung,
- Wahrnehmen und Gesunderhalten des Körpers,
- Faires Konkurrieren und Kooperieren.

Herausgebildet werden diese durch die Entwicklung inhaltsbezogener Kompetenzen, die in folgenden Bereichen erworben werden und als Endniveau für die Schuljahrgänge 2 und 4 ausgewiesen sind:

- Spielen,
- Fit werden – gesund bleiben,
- Laufen, Springen, Werfen,
- Bewegen an Geräten,
- Rhythmisches Bewegen, Gestalten, Tanzen,
- Gleiten, Rollen, Fahren,
- Bewegen im Wasser.

Für den Erwerb der ausgewiesenen Kompetenzen ist notwendiges Grundwissen einzuführen, zu festigen und flexibel anzuwenden.

2 Kompetenzen und Grundwissen

2.1 Prozessbezogene Kompetenzen als Endniveau des Schuljahrganges 4

Erfahren und Gestalten von Bewegung

- differenziertes Körper- und Bewegungsgefühl besitzen
- Freude an der Bewegung erhalten
- Bewegungsdefizite ausgleichen
- Bewegungen räumlich, zeitlich, dynamisch, emotional variieren sowie bewusst in verschiedenen Situationen und mit unterschiedlichen Materialien bzw. Geräten gestaltend einsetzen
- Bewegungsmöglichkeiten kreativ umsetzen
- Grundformen der Bewegung in variablen Situationen anwenden

Wahrnehmen und Gesunderhalten des Körpers

- Reaktionen des eigenen Körpers auf An- und Entspannung, Belastung und Erholung wahrnehmen
- gewonnene Erkenntnisse und erlernte Handlungen zur gesunden Lebensführung nutzen
- zunehmend Verantwortung für die eigene und die Gesundheit anderer übernehmen

Faires Konkurrieren und Kooperieren

- unterschiedliche motorische Leistungsfähigkeit sowie gemeinsame und verschiedene Interessen wahrnehmen
- über ein angemessenes Repertoire an Organisations-, Arbeits- und Sozialformen verfügen
- nach verbalen und visuellen Aufgabenstellungen unter Einhaltung von Sicherheitsbestimmungen handeln
- eigenständig mit einem und mehreren Partnerinnen/Partnern in Gruppe, Riege oder Mannschaft agieren

2.2 Inhaltsbezogene Kompetenzen als Endniveau der Schuljahrgänge 2 und 4

Bereich: Spielen

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
Grundformen der Bewegung in vorgegebenen Spielsituationen, unterschiedlichen Spielräumen, mit verschiedenen Materialien anwenden	grundlegende Spielfertigkeiten in unterschiedlichen Situationen variabel anwenden
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • Spielgedanken erfassen • Spielregeln einhalten • kooperierend und konkurrierend fair spielen 	<ul style="list-style-type: none"> • taktische Verhaltensweisen nutzen • ausgewählte Spiele selbstständig organisieren und leiten
<ul style="list-style-type: none"> • Spielvarianten finden • Annehmen, Abgeben, Führen mit unterschiedlichen Körperteilen in Kleinen Spielen anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Werfen, Fangen, Passen, Schlagen, Schießen, Dribbeln, Stoppen variabel anwenden

Schuljahrgang 2**Schuljahrgang 4****Flexibel anwendbares Grundwissen zu:**

- wesentlichen Strukturmerkmalen der grundlegenden Fertigkeiten
Werfen und Fangen

- Spiel-/Übungsbezeichnungen und Materialeigenschaften

- Spielregeln der ausgewählten Spiele

Laufspiele:

Platzwechsel- und -suchspiele, z. B. Seitenwechsel, Wechselt
das Bäumchen

Haschespiele, z. B. Paarhaschen, Steh! - Lauf!

Staffelspiele, z. B. Umkehr-, Pendelstaffel

Kraft- und Gewandtheitsspiele:

Zieh- und Schiebekämpfe, z. B. Ringender Kreis

Gleichgewichtsspiele, z. B. Hahnenkampf

Ballspiele:

Wurfspiele, z. B. Wettwanderball, Läufer gegen Werfer

Treffballspiele, z. B. Ballvertreiben, Jägerball

- Sicherheitsbestimmungen

- wesentlichen Strukturmerkmalen der Spielfertigkeiten
Werfen, Fangen, Passen, Schlagen, Schießen, Dribbeln, Stoppen

Laufspiele:

Platzwechsel- und -suchspiele, z. B. Kreishüpfen, Hundehütte

Haschespiele, z. B. Drittenabschlagen, Schwarz-Weiß

Staffelspiele, z. B. Rundlaufstaffel

Kraft- und Gewandtheitsspiele:

Zieh- und Schiebekämpfe, z. B. Tauziehen

Gleichgewichtsspiele, z. B. Reiterkampf

Kleine Sportspiele (auch als Vorbereitung auf Sportspiele):

z. B. Ball über die Schnur, Brennball, Parteiball, Turmball,

Kastenball, Zweifelderball

Spielformen zur Vorbereitung von weiteren Spielen:

z. B. Tischtennis, Badminton, Unihockey

Bereich: Fit werden - gesund bleiben

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
Grundformen der Bewegung für vielseitige Körpererfahrungen nutzen und zur Verbesserung konditioneller sowie koordinativer Fähigkeiten anwenden	grundlegende Bewegungsfertigkeiten für vielseitige Körpererfahrungen nutzen und bewusst zur Verbesserung konditioneller sowie koordinativer Fähigkeiten anwenden
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • aerobe Ausdauerbelastung von 10-15 Minuten durch Mittel wie Walking und Aerobic tolerieren • Merkmale körperlicher Belastung wahrnehmen • altersadäquate Kräftigungsübungen vorwiegend für die Rumpfmuskulatur nutzen • spezifische Übungen zur Verbesserung der Beweglichkeit und koordinativer Fähigkeiten wie Orientierungs- und Rhythmusfähigkeit beherrschen 	<ul style="list-style-type: none"> • aerobe Ausdauerbelastung von 15-20 Minuten durch Mittel wie Walking und Aerobic tolerieren • altersadäquate Kräftigungsübungen vorwiegend für Rumpf- und Extremitätenmuskulatur nutzen • spezifische Übungen zur Verbesserung koordinativer Fähigkeiten wie Rhythmus- und kinästhetischer Differenzierungsfähigkeit gezielt anwenden
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
<ul style="list-style-type: none"> - Bezeichnungen der ausgewählten Übungen und Geräte - Sicherheitsbestimmungen beim Umgang mit verwendeten Geräten 	<ul style="list-style-type: none"> - Geräteeigenschaften - wesentlichen Muskelgruppen: Rücken-, Bauch-, Schulter-, Arm-, Beinmuskulatur - Wirkung von Bewegung auf Herz-Kreislauf-System und Atmung
<ul style="list-style-type: none"> - Merkmalen körperlicher Belastung: beschleunigte Atmung, erhöhte Herzfrequenz, Hautrötung, Schweiß 	<ul style="list-style-type: none"> - Technik des Walkings

Bereich: Laufen, Springen, Werfen

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
Grundformen der Bewegung (Laufen, Springen und Werfen) in unterschiedlichen Situationen ausführen	grundlegende leichtathletische Fertigkeiten anwenden
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • Laufbewegung an wechselnde Bedingungen anpassen • auf ein Signal schnell reagieren • zielgerichtet, schnell und geradlinig laufen • ausdauernd laufen • Strecken nach einfachen Orientierungspunkten durchlaufen • beid- und einbeinig springen • nach kurzem Anlauf mit einem Bein weit- und hochspringen • einhändig aus einer Wurfauslage weit werfen • auf Ziele werfen 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprint aus dem Hochstart über 50 m • Ausdauerlauf (Lebensalter in Minuten) • Weitsprung aus einer Absprungzone nach kurzem Anlauf • Hochsprung nach kurzem rhythmischen Anlauf: Schersprung • Schlagwurf aus seitlicher Wurfauslage
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
<ul style="list-style-type: none"> - wesentlichen Strukturmerkmalen der erlernten Fertigkeiten: Lauf - Start, Lauftechnik Sprung - Anlauf, Absprung, Sprungbein, Schwungbein, Landung Wurf - Wurfauslage, Wurfarmbewegung - Bezeichnungen der erlernten Übungen - Eigenschaften der verwendeten Geräte - Sicherheitsbestimmungen: Beschaffenheit der Anlagen, Sicherheitsabstand, Werfen auf Kommando - Wettkampfbestimmungen: Begrenzungslinien, Wertermittlung/Gültigkeit 	

Bereich: Bewegen an Geräten

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
<p>Bewegungserfahrungen im Erkunden, Überwinden, Nutzen von Geräten und Gerätearrangements besitzen</p> <p>Grundformen der Bewegung (Rollen, Stützen, Balancieren, Hängen, Schwingen, Klettern, Klimmen, Springen) und einfache turnerische Fertigkeiten an Geräten beherrschen</p>	<p>individuelle Bewegungsformen an Geräten und Gerätelandschaften anwenden</p> <p>turnerische Fertigkeiten an Geräten beherrschen und variabel in Verbindungen gestalten</p>
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • Rolle vor- und rückwärts aus dem Hockstand in den Hockstand 	<ul style="list-style-type: none"> • Rolle vor- und rückwärts aus verschiedenen Ausgangsstellungen in verschiedene Endstellungen
	<ul style="list-style-type: none"> • Sprungrolle
	<ul style="list-style-type: none"> • Kopfstand gehockt
	<ul style="list-style-type: none"> • Aufschwingen zum flüchtigen Handstütz
	<ul style="list-style-type: none"> • Handstützüberschlag seitwärts
<ul style="list-style-type: none"> • Sprung in den Stütz an unterschiedlichen Geräten 	<ul style="list-style-type: none"> • Stütz an Reck/Barren/Balken mit Beinschwungbewegungen
	<ul style="list-style-type: none"> • Auf-, Ab- und Unterschwünge
<ul style="list-style-type: none"> • Auf- und Niedersprünge am brust- bis schulterhohen Gerät 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufhocken am brusthohen Kasten
<ul style="list-style-type: none"> • Drehsprunghocke am brusthohen Kasten 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprunggrätsche am brusthohen Bock
<ul style="list-style-type: none"> • Gehschritte vor-/rückwärts, Wechselschritte, beidbeinige Drehungen auf der Schwebekante 	<ul style="list-style-type: none"> • Geh-, Lauf- und Sprungschritte, beidbeinige Drehungen, Kniestandwaage auf dem Balken
	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Elemente der Akrobatik mit Partnerin/Partner und in Gruppen
<ul style="list-style-type: none"> • Kletterschluss 	
	<ul style="list-style-type: none"> • Helfen und Sichern

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
	<ul style="list-style-type: none"> - wesentlichen Strukturmerkmalen der erlernten Fertigkeiten: Schwungbeineinsatz, Körperspannung, Stützrollen - Rollhaltung Kopfstand - Dreiecksbildung Hände-Kopf Stützsprünge - beidbeiniger Absprung Rist-, Kamm-, Zwi-, Speichgriff
<ul style="list-style-type: none"> - Bezeichnungen von Übungen und Geräten 	
<ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitsmaßnahmen im Umgang mit Geräten: Gerätetransport und -aufbau, Mattensicherung 	
	<ul style="list-style-type: none"> - Hilfeleistungen: Klammer-, Stützgriff - Sicherheitsstellungen

Bereich: Rhythmisches Bewegen, Gestalten, Tanzen

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
Grundformen der Bewegung rhythmisch gestalten und sich durch Bewegung ausdrücken	grundlegende gymnastische und tänzerische Fertigkeiten beherrschen, in Kombinationen variabel anwenden und damit die persönliche Ausdrucksfähigkeit erweitern
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • einfache Rhythmen erkennen, unterscheiden und umsetzen • sich an Raum, Rhythmus, Partnerin/Partner bzw. Gruppe anpassen 	<ul style="list-style-type: none"> • Basistechniken mit anderen Elementen in Kombinationen anwenden
<ul style="list-style-type: none"> • einfache Formen rhythmischen Gehens, Laufens, Springens nach Vorgabe in Kombinationen ausführen 	<ul style="list-style-type: none"> • einfache Aerobic-Grundschritte wie March, Walk, Step Touch, Side to Side, V-Step in Kombinationen nachvollziehen
<ul style="list-style-type: none"> • Geräte Techniken: einfache Kombinationen mit Handgerät Ball und Materialien nachvollziehen 	<ul style="list-style-type: none"> • Geräte Techniken: gymnastische Fertigkeiten wie Schwingen und Durchschlagen mit Handgerät Seil in Kombinationen mit Basistechniken anwenden
<ul style="list-style-type: none"> • einfache Tanzlieder mit- und nachgestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • folkloristische Tänze (Kreis-, Kontratanz) gestalten • Tänze nach moderner Musik mit- und nachgestalten
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
<ul style="list-style-type: none"> - verwendeten Rhythmusinstrumenten 	
<ul style="list-style-type: none"> - Handgeräten 	
<ul style="list-style-type: none"> - Basistechniken: Schrittarten - Gehschritte, Laufschrirte, Sprungschritte Sprünge - Einbeinsprung, Schlussprung, Hockschersprung Drehungen - beidbeinig 	
<ul style="list-style-type: none"> - Geräte Techniken: Schwingen, Durchschlagen, Werfen, Fangen, Prellen, Rollen 	
<ul style="list-style-type: none"> - vermittelten Tanzelementen 	

Bereich: Gleiten, Rollen, Fahren

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
grundlegende Erfahrungen beim Rutschen, Gleiten, Rollen und Fahren auf unterschiedlichem Untergrund mit verschiedenen Materialien und Geräten besitzen	grundlegende Fertigkeiten des Gleitens, Rollens und Fahrens mit Teppichfliesen, Rollbrett, Rollschuhen, Inline-Skates, Kufen, Ski oder Schlitten variabel anwenden
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • Beschleunigen, Gleiten, Rollen, Fahren, Bremsen, Fallen 	<ul style="list-style-type: none"> • Kurven vorwärts fahren, auch um Hindernisse, im Parcours • Gegenstände und Personen transportieren
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
<ul style="list-style-type: none"> - Bezeichnungen der ausgewählten Übungen - Material-/Geräteigenschaften - gerätspezifischen Sicherheitsbestimmungen und Unfallprophylaxe - verantwortungsvollem Umgang mit der Umwelt 	

Bereich: Bewegen im Wasser

Schuljahrgang 2	Schuljahrgang 4*
Inhaltsbezogene Kompetenz:	
<p>grundlegende schwimmerische Fertigkeiten (Orientieren im und unter Wasser, Gleiten, Schweben, Auftreiben und Fortbewegen in Brust- und Rückenlage, Tauchen, Springen sowie rhythmisches Atmen) anwenden</p>	
Teilkompetenzen:	
<ul style="list-style-type: none"> • 200 m sicheres Brustschwimmen • 25 m in einer Wechselschlagtechnik schwimmen • fuß- und kopfwärts ins tiefe Wasser springen • Tieftauchen (2 m) oder Streckentauchen (10 m) • einfache Techniken zur Selbstrettung anwenden: zur Stabilisierung in Rückenlage schweben 	
Flexibel anwendbares Grundwissen zu:	
<ul style="list-style-type: none"> - wesentlichen Strukturmerkmalen der erlernten Fertigkeiten: Armbewegung, Beinbewegung, Atmung, Gleitphase, Fußsprung, Kopfsprung, Tauchhaltung - Übungsbezeichnungen und Materialeigenschaften - Baderegeln - Hilfs- und Rettungsmaßnahmen 	

* Der Schwimmunterricht kann in Abhängigkeit von den örtlichen Gegebenheiten in den Schuljahrgängen 2, 3 oder 4 stattfinden.

3 Beitrag des Faches zur Entwicklung ausgewählter Basiskompetenzen

Das Fach Sport bietet vielfältige Möglichkeiten zur Weiterentwicklung und Anwendung grundlegender Kompetenzen.

Lesekompetenz

Die Schülerinnen und Schüler werden durch den Einsatz unterschiedlicher Printmedien zum eigenständigen Erfassen und Reflektieren von Texten motiviert. Beim zügigen sinnentsprechenden Lesen von Übungs- und Stationskarten, Spielregeln und deren Umsetzung vervollkommen die Kinder bereits vorhandene Lesefertigkeiten.

Zur Gestaltung von Bewegungsspielen auf der Grundlage von Bewegungsgeschichten nutzen sie ihre Lesepotenziale und werden zum sinnentsprechenden, fließenden Lesevortrag sowie zum textbezogenen Darstellen angeregt.

Mathematische Grundbildung

Mit zunehmendem Alter werden die Kinder befähigt, sowohl Ergebnisse zu addieren und zu vergleichen als auch bei Zeit- und Weitemessungen ihre Fähigkeiten im Umgang mit Größen zu erweitern.

Orientierungsübungen im Raum mit Spielformen wie Platzsuch- und -wechselspielen schulen das räumliche Vorstellungsvermögen. Die Schülerinnen und Schüler wenden ihre geometrischen Kenntnisse bei zahlreichen Übungs- und Aufstellungsformen an.