<p style="text-align: center;">Kompetenzen Die Schülerinnen und Schüler...</p>	<p style="text-align: center;">Inhalt</p>	<p style="text-align: center;">Bemerkungen</p>
<p>-gestalten und üben turnerische Grundtätigkeiten -nehmen neue und ungewohnte Körperpositionen ein - überwinden Hindernissen</p> <p>-können Körperspannung halten - erlernen und präsentieren erste turnerische Fertigkeiten in der Grobform -beherrschen die Kopfsteuerung beim Rollen und drehen</p> <p>-kooperieren beim Turnen</p> <p>-kommunizieren beim Auf- und Abbau - kennen den sachgerechten Umgang mit unterschiedlichen Turngeräten</p>	<p>Turnen</p> <p>- Schwingen, Hangeln, Klettern, Balancieren, Rollen, Springen, Fliegen, Drehen und Stützen in Gerätelandschaften -Kombinationen von Bewegungen und Veränderung der Körperlage im Raum</p> <p>-Rollbewegungen -Stütz- und Haltebewegungen -Übungen zur Körperspannung -Sprunggewöhnung am Minitrampolin</p> <p>-Abenteuer und Erlebnisturnen -Rücksichtnahme beim gemeinsamen Turnen -Gleichgewichtshilfe durch einen Partner</p> <p>-Transport von Turngeräten -Sicherheit beim Turnen mit Geräten</p> <p>-Unterrichtsideen: Bewegungslandschaften, springen mit dem Minitrampolin, Station zum Balancieren, Bewegungsreihen zur Rolle vorwärts</p>	<p>- Ringe / Trapez - Reck - Klettertaue - Sprossenwand - Langbank - Kletterstangen - großer Kasten - kleiner Kasten - kleine Matten - Weichbodenmatte -Sprungbrett - Kleingeräte</p>

<p>-wenden grundlegender Fertigkeiten des Raufens und Ringens an - gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um - kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen und halten diese ein</p>	<p>Raufen und Ringen Körperkontakt und Vertrauensspiele -fair kämpfen - Regeln einhalten -Schieben Ziehen, Rollen und Drehen</p>	
<p>-Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens erwerben -kennen Regeln zum Umgang mit Roll- und Gleitgeräten -helfen und kooperieren beim Rollen, Gleiten und Fahren</p>	<p>Rollen, Gleiten, Fahren -Kennlernen und Erproben unterschiedlicher Geräte wie Rollbretter, Pedalo, Teppichfliesen etc. -Regeln zum sachgerechten Umgang mit Roll-, Gleit, und Fahrgeräten -vielfältige Geschicklichkeitsübungen zum Steuern, Ausweichen und Stoppen</p>	<p>-Pedalo -Rollbretter -Teppichfliesen</p>
<p>-erkunden und reflektieren rhythmische und tänzerische Grundformen -halten sich fit zur rhythmischen Bewegungen</p>	<p>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen -Seilspringen -Bewegungslieder und einfache Tänze -Gehen, Federn, Hüpfen, Springen, Laufen, Drehen und Schwingen</p>	

<p>Kompetenzen Die Schülerinnen und Schüler...</p>	<p>Inhalt</p>	
<ul style="list-style-type: none"> - erlernen und üben vielfältige leichtathletische Grundformen - entwickeln ihre individuellen Leistungsmöglichkeiten - halten sich fit durch Laufen, Springen, Werfen - können sicher und sachgerecht mit Geräten umgehen 	<p>Laufen, Werfen, Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf, Sprung und Wurf in variierenden Bewegungssituationen - vielseitige Lauf-, Sprung-, und Wurfarten - leichtathletische Spielformen zur Schulung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten -Stand und Schrittweitsprung -ausdauerndes und schnelles Laufen <p>Unterrichtsideen: Tick-/Fangspiele z. B. Kettentick, Brückentick, Eistick, Schwänzchen fangen, Der Tiger ist los, Krankenhaustick Lauf-/ Bewegungsspiele z. B. Feuer, Wasser Eis, Puzzellauf, Bäumchen wechsele dich</p>	<p>Bundesjugendspiele Lauftag</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Setzen sich mit dem Element Wasser fähigkeitsorientiert auseinander -erwerben erste Grundfertigkeiten des Schwimmens -wissen, dass Schwimmen lebenserhaltend und gesundheitsfördernd ist -wenden Verhaltensregeln beim Schwimmen an - entwickeln ein Tempogefühl (Selbsteinschätzung) 	<p>Schwimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wassergewöhnung - Spiel- und Bewegungsformen im hüft- bis brusttiefen Wasser - Übungen zur Antriebsbewegung - Bade- und Schwimmregeln 	<p>Nur möglich mit Elternbeteiligung bei der Aufsicht. Einverständniserklärung</p>