

Curriculum Sport
Jahrgang: 5/6

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
Themenfeld: Leichtathletik (Laufen, Springen, Werfen)		
<u>ausdauerndes Laufen</u> -Paarlauf -Zeitschätzungsläufe -Hindernislauf -Dauerläufe über 20 Minuten -Leistungsläufe über 800m/1000m	<ul style="list-style-type: none"> - konditionelle Fähigkeit Ausdauer entwickeln/verbessern - Erfahrungen über die Reaktionen des eigenen Körpers unter Belastung sammeln - Anstrengungsbereitschaft zeigen - Leistungen anderer achten 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungskompetenz Sozialkompetenz</p>
<u>schnelles Laufen</u> -Lauf-ABC -Staffelläufe (Pendel- und Rundenstaffeln) -verschiedene Startübungen -Leistungsläufe über 50 m <u>rhythmisches Laufen</u> -Überlaufen von flachen Hindernissen mit variablen Abständen	<ul style="list-style-type: none"> - Schnelligkeit verbessern - Kennen der Übungen aus dem Lauf-ABC - Grundkenntnisse zum Wechsel - sportmotorische Grobkoordination 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p>
<u>Springen</u> - Weitsprung: Sprungkoordination, Anlaufgestaltung, Absprungzone, Schrittweitsprung - Hochsprung: Anlaufgestaltung, Schersprung, Flop (Einführung)	<ul style="list-style-type: none"> - Kenntnis verschiedener Techniken - sportmotorische Grobkoordination 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p>
<u>Werfen/Stoßen</u> -Weitwerfen mit unterschiedlichen Geräten auf Ziele mit unterschiedlichen Materialien (Schweifbälle, Kirschkerne-Säckchen) -Schlagweitwurf -Medizinballstoßen	<ul style="list-style-type: none"> - Grobkoordination Wurf (Stand, Anlauf) - Grobkoordination Standstoß - Sicherheitskriterien kennen und beachten 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p>
<u>Kleine Spiele</u> (Lauf- und Wurfspiele) -Rollen, Werfen, Fangen, Prellen, Dribbeln, Stoppen	<ul style="list-style-type: none"> - Einbeziehen/Anwenden - Spielfähigkeit bei kleinen Spielen/ Mannschaftsspielen 	<p>Komplexe Kompetenzförderung</p>

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
Themenfeld: Grundübungen/Hindernisturnen (Den Körper trainieren, die Fitness verbessern)		
<p><u>Ausdauer</u> -Kleine Spiele -Gelände- und Ausdauerläufe -Step-Aerobic</p> <p><u>Grundübungen/Kraftausdauer</u> -Klettern, Hangeln, Stützen, Springen -Zirkeltraining (einfache Formen) -Seilspringen -Liegestütz -Stangenklettern -Sit-up -Klimmziehen aus dem Schrägliegehang</p> <p><u>Beweglichkeit</u> -Funktionsgymnastik -zielgerichtete Erwärmung -Vorbeugung gegen Haltungsschwächen</p> <p><u>Koordination</u> -Balancieren, Hindernisturnen, Partnerübungen</p> <p><u>Entspannung</u> -Stretching, Partnerentspannung</p>	<p>- Entwicklung/Verbesserung der allgemeinen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten</p> <p>- Steigerung der Anstrengungsbereitschaft und des Durchhaltevermögens - Stationsbetrieb</p> <p>- Sammeln von neuen Bewegungserfahrungen</p> <p>- Lehrer- und Schülerdemonstration</p> <p>- Gruppenarbeit fördern</p>	<p>Fachkompetenz</p> <p>Handlungskompetenz</p> <p>Methodenkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz</p>
<p><u>Kleine Spiele</u> - Partner- und Zweikampfübungen - Gleichgewichtskämpfe - verschiedene Spielformen</p>	<p>- Einbeziehen/Anwenden/Verbessern</p>	<p>Komplexe Kompetenzförderung</p>

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
Themenfeld: Spiel (Basketball)		
<p>Technik -<u>Dribbling</u>: am Ort, in Bewegung -<u>Ballabgabe/Ballannahme</u>: Druckpass im Stand und in Bewegung, andere Zuspieldvarianten -<u>Wurf</u>: Positionswurf, Vorübungen Korbleger</p> <p>Taktik -<u>Angriff</u>: Freilaufen und Anbieten ohne Ball, Bedrohen des Korbes bei Ballbesitz, Überzahlspele, Spielsituationen 3:3 bis 5:5 -<u>Abwehr</u>: individuelle Verteidigung</p> <p>Kenntnisse -grundlegende Regeln, Schiedsrichterzeichen, Fachbegriffe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beitrag zur Entwicklung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten - Angriffs- und Abwehrverhalten schulen - Lehrer und Schülerdemonstration - spielbezogene Anwendung der Techniken - Partner- und Gruppenarbeit - Grundregeln kennen - eigene Leistungen einschätzen - Fairplay als Spielgrundlage akzeptieren 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz</p> <p>Fachkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p>
Themenfeld: Gerätturnen (Bewegung an und mit Geräten)		
<p>Ungebundene Formen -Rollen, Drehen, Schwingen, Stützen, Springen, Balancieren, Klettern</p> <p>Gebundene Formen -<u>Boden</u>: Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Kopfstand, Handstütz-Überschlag seitwärts, Stände, Schritte, Sprünge -<u>Sprung</u> Bock, Kasten: Dreh-Sprunghocke, Sprunggrätsche, Sprunghocke -<u>Reck</u>: Sprung in den Stütz, Hüftaufschwung- abzug, Knieab-Knieaufschwung, Felgunterschwingung -<u>Stufenbarren</u>: Spreizformen, Knieab- Knieaufschwung, Halteelemente, Felgunterschwingung mit Fußaufsatz -<u>Barren</u>: Stützen, Spreizformen, Schwingen, Kehre, Wende -<u>Schwebebalken</u>: Spreizformen, Schrittformen, Stände, Sprünge, Drehungen,</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lehrer- und Schülerdemonstration - Belehrung (Respektieren von Regeln) - gegenseitiges Helfen und Sichern - gegenseitige Anerkennung der Leistung - Kennen der Elemente - Ausführung in der Grobkoordination - kalkulierbare Entscheidungen treffen - Risikobereitschaft zeigen 	<p>Handlungs- und Methodenkompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz Fach-, Handlungs- und Sozialkompetenz Sozialkompetenz Fachkompetenz Fach- und Handlungskompetenz Handlungskompetenz Handlungskompetenz</p>

Halteelemente, Streck-/Grätschsprung fakultative Inhalte - Partner- und Gruppenturnen: am Boden und mit unterschiedlichen Geräten - Akrobatik: Elemente im Team		
---	--	--

Unser Curriculum der Doppeljahrgangsstufe 5/6 lässt den Austausch eines aufgeführten Themenfeldes zu Gunsten von Themenfeld Gymnastik-Grundformen der Bewegung ohne und mit Kleingerät zu. Dabei erfolgt grundlegend eine Orientierung am gültigen Rahmenplan.