

## Fachcurriculum Sport – Friedrich-Ebert-Schule Elmshorn

### 1./2. Klasse

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Schwerpunkte	Weitere Unterrichtsbeispiele	Schulische Aktionen
<b>Spielen</b>	Die Schüler sollen... <ul style="list-style-type: none"> <li>- eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen</li> <li>- Spielregeln vereinbaren und einhalten.</li> <li>- miteinander und gegeneinander fair spielen.</li> <li>- frei spielen können.</li> <li>- Spielideen entwickeln.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache Laufspiele</li> <li>- Einfache Ballspiele</li> <li>- Ticker- und Fangspiele</li> <li>- Übungen zum Prellen und Dribbeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tickspiele</li> <li>- Schwänze fangen</li> <li>- Chinesische Mauer</li> <li>- Fischer, Fischer</li> <li>- Feuer, Wasser, Blitz</li> <li>- Verrücktes Krankenhaus</li> <li>- Merkball</li> <li>- Amerik. Völkerball</li> </ul>	
<b>Laufen, Werfen, Springen</b>	Die Schüler sollen... <ul style="list-style-type: none"> <li>- unterschiedliche Lauferfahrungen machen und das Laufen unterschiedlichen Bedingungen anpassen.</li> <li>- ihre Atmung bei ausdauernden Läufen regulieren können</li> <li>- verschiedene Wurfarten kennenlernen und anwenden.</li> <li>- mit unterschiedlichen Materialien und Bällen mit und ohne Partner werfen und fangen.</li> <li>- in die Weite und Höhe springen und sicher landen.</li> <li>- vielfältige Sprungformen kennenlernen und anwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausdauertraining</li> <li>- Hindernislauf</li> <li>- Ballprobe (Ball gegen die Wand werfen)</li> <li>- Partner-Werfen</li> <li>- Weitwurf</li> <li>- Zielwurf</li> <li>- Weitsprung</li> <li>- Bei gutem Wetter: Nutzung der Außenanlage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Jogger-Lauf</li> <li>- Memory-Lauf</li> <li>- Puzzle-Lauf</li> <li>- Kartenlauf</li> <li>- Sprung in die Sprunggrube</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauftag</li> <li>- Zehnkampf</li> <li>- Handballtag</li> <li>- Bundesjugendspiele</li> <li>- Mobak</li> </ul>
<b>Turnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den Körper im Gleichgewicht halten.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerätelandschaften</li> <li>- Schaukeln und Schwingen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gletscherspalte</li> <li>- Schiefe Ebene</li> <li>- Tarzan-Schwingen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geräteaufbautage</li> <li>- Zirkusprojekt</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben.</li> <li>- Körperspannung und Kraft aufbauen.</li> <li>- turnerische Bewegungen erfahren.</li> <li>- mit Wagnis umgehen</li> <li>- kleine Geräte benennen, aufbauen und transportieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balancieren</li> <li>- Klettern</li> <li>- Rolle vorwärts</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ...</li> </ul>	
<b>Rollen, Gleiten, Fahren</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- elementare Fähigkeiten zum Umgang mit Gleit-/Fahr- und Rollgeräten erlernen</li> <li>- dynamisches Gleichgewicht halten</li> <li>- sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät sicher fortbewegen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerätelparcours</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollbretter</li> <li>- Pedalos</li> <li>- Teppichfliesen</li> <li>- Rollbrettstaffel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollbrett-Führerschein</li> <li>- AG Frühradfahren</li> </ul>
<b>Raffen, Ringen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Regelungen beim Kräftemessen festlegen und einhalten</li> <li>- fair kämpfen</li> <li>- in Kampfsituationen den Kontrahenten als Partner achten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangelspiele mit Regeln für alle</li> <li>- Vertrauensübungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mattenkämpfe</li> <li>- Ringkämpfe</li> <li>- Zieh- und Schiebekämpfe</li> <li>- Karottenziehen (auf dem Rücken)</li> </ul>	
<b>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmus, Musik und Bewegung aufeinander beziehen.</li> <li>- sich mit und ohne Handgeräte bewegen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich nach einem eindeutigen Takt bewegen.</li> <li>- sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gymnastikbänder</li> <li>- Tücher</li> <li>- Seilspring-Diplom</li> <li>- Reifenübungen</li> <li>- Bewegen wie Tiere</li> <li>- Bewegungsgeschichten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schulfest-Disko</li> <li>- Diskopause</li> <li>- Tanzparty zum Fasching</li> </ul>
<b>Schwimmen</b>	findet in der 3.Klasse statt			

## Fachcurriculum Sport – Friedrich-Ebert-Schule Elmshorn

### 3./4. Klasse

Inhaltsbezogener Kompetenzbereich	Erwartete Kompetenzen	Schwerpunkte	Weitere Unterrichtsbeispiele	Schulische Aktionen
<b>Spielen</b>	Die Schüler sollen... <ul style="list-style-type: none"> <li>- in der Mannschaft ihre Aufgabe verantwortungsbewusst ausführen.</li> <li>- mit verschiedenen Spielergebnissen wertschätzend und fair umgehen.</li> <li>- verschiedene Ballspiele regel- und sportartengerecht spielen.</li> <li>- Bälle und Schläger im Spiel sachgerecht benutzen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brennball (3.Klassen)</li> <li>- Floorball (4.Klassen)</li> <li>- Völkerball (4.Klassen)</li> <li>- Ball über die Schnur</li> <li>- Spielformen zum Fußball</li> <li>- Wurf- und Fangtechniken</li> <li>- Prellen und Dribbeln</li> <li>- Mannschaftsaufgaben und Strategien/Taktik erkennen und besprechen (z.B. Teambesprechungen)</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielformen Prellen, Fangen und Passen</li> <li>- Ball über die Schnur</li> <li>- Spinne und Fliege</li> <li>- Tick- und Fangspiele</li> <li>- Afrika</li> <li>- Schwänze klauen</li> <li>- Übungsformen zum Floorball, Brennball und Völkerball</li> <li>- Zahlenfußball/-floorball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brennball-Turnier (3.Klassen)</li> <li>- Floorball-Turnier (4.Klassen)</li> </ul>
<b>Laufen, Werfen, Springen</b>	Die Schüler sollen... <ul style="list-style-type: none"> <li>- das Laufen unterschiedlichen Bedingungen anpassen.</li> <li>- körperliche Reaktionen wahrnehmen und verschiedenen sportlichen Aktivitäten zuordnen.</li> <li>- mit unterschiedlichen Bällen und Materialien mit und ohne Partner werfen und fangen.</li> <li>- In die Weite und in die Höhe springen und sicher landen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Staffelläufe und andere Laufspiele</li> <li>- Ballprobe (Ball gegen die Wand werfen)</li> <li>- Ausdauertraining</li> <li>- Hindernislauf</li> <li>- Partner-Werfen</li> <li>- Weitwurf</li> <li>- Zielwurf</li> <li>- Weitsprung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memory-Lauf</li> <li>- Puzzle-Lauf</li> <li>- Springseil-Diplom</li> <li>- Verschiedene Ballspiele (Brennball, Völkerball, Kometenball, Basketball, etc.)</li> <li>- 6-Tage-Rennen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauftag</li> <li>- Bundesjugendspiele</li> <li>- Mobak</li> <li>- Brennball-Turnier (3.Klasse)</li> </ul>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bei gutem Wetter: Nutzung der Außenanlage</li> </ul>		
<b>Turnen</b>	<p>Die Schüler sollen...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- den Körper im Gleichgewicht halten.</li> <li>- den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben.</li> <li>- Körperspannung und Kraft aufbauen.</li> <li>- turnerische Bewegungen erfahren und präsentieren.</li> <li>- mit Wagnis umgehen.</li> <li>- kleine Geräte benennen, auf- und abbauen und transportieren.</li> <li>- eigene Grenzen erfahren.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerätelandschaften</li> <li>- Schaukeln, Schwingen und Hängeln</li> <li>- Balancieren</li> <li>- Klettern</li> <li>- Rolle vorwärts</li> <li>- Springen und Fliegen</li> <li>- Drehen und Stützen</li> <li>- Übungen am Barren</li> <li>- Vertrauensübungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gletscherspalte</li> <li>- Schiefe Ebene</li> <li>- Tarzan-Schwingen</li> <li>- Barren</li> <li>- Turnen am Kasten</li> <li>- Aufschwung/Umschwung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zirkusprojekt</li> <li>- Mobak</li> <li>- Geräteaufbautage</li> </ul>
<b>Rollen, Gleiten, Fahren</b>	<p>Die Schüler sollen...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- elementare Fähigkeiten zum Umgang mit Gleit-/Fahr- und Rollgeräten erlernen.</li> <li>- dynamisches Gleichgewicht halten.</li> <li>- sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät sicher fortbewegen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geräteparcours</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollbretter</li> <li>- Pedalos</li> <li>- Teppichfliesen</li> <li>- Rollbrettstaffel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rollbrett-Führerschein</li> <li>- Fahrradparcours</li> <li>- Aktive Pause</li> </ul>
<b>Raufen, Ringen</b>	<p>Die Schüler sollen...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regelungen beim Kräftemessen festlegen und einhalten</li> <li>- fair kämpfen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Rangelspiele mit Regeln für alle</li> <li>- Schiedsrichterentscheidungen akzeptieren</li> <li>- Vertrauensübungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mattenkämpfe</li> <li>- Ringkämpfe</li> <li>- Zieh- und Schiebekämpfe</li> <li>- Karottenziehen (auf dem Rücken)</li> </ul>	

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- in Kampfsituationen den Kontrahenten als Partner achten</li> </ul>			
<b>Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen</b>	<p>Die Schüler sollen...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmus, Musik und Bewegung aufeinander beziehen.</li> <li>- sich mit und ohne Handgeräte bewegen.</li> <li>- Rhythmen in verschiedene Bewegungen umsetzen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich nach einem eindeutigen Takt bewegen</li> <li>- sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gymnastikbänder</li> <li>- Tücher</li> <li>- Seilspring-Diplom</li> <li>- Reifenübungen</li> <li>- Bewegungsgeschichten</li> <li>- Einen Tanz in Kleingruppen erarbeiten und präsentieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schulfest-Disko</li> <li>- Diskopause</li> <li>- Tanzparty zum Fasching</li> </ul>
<b>Schwimmen</b>	<p>Die Schüler sollen...</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sich vollständig ans Wasser gewöhnen.</li> <li>- die Eigenschaft des Wassers für das sichere Bewegen im Wasser nutzen.</li> <li>- Verhaltensregeln im und am Wasser kennen und befolgen.</li> <li>- verschiedene Schwimmtechniken kennen und anwenden.</li> <li>- das Tauchen und Springen erlernen.</li> <li>- sich schwimmend fortbewegen.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Verschiedene Sprünge vom Startblock</li> <li>- Gleiten</li> <li>- Baderegeln</li> <li>- Hygienemaßnahmen umsetzen</li> <li>- Individuell werden die Schwimmabzeichen angestrebt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Brust- und Rückentechnik</li> <li>- Atemtechnik</li> <li>- Nach Ringen tauchen</li> <li>- Streckentauchen</li> <li>- Gleitübungen</li> <li>- Tauchspiele im flachen Wasser</li> <li>- Abzeichen (Seepferdchen, Bronze, Silber)</li> </ul>	