



Schuleigener Arbeitsplan Sport



Schuleigener Arbeitsplan für das Fach Sport

Dieser schuleigene Arbeitsplan ist so angelegt, dass auch fachfremd unterrichtende Lehrkräfte Ideen und Anregungen für die Unterrichtsgestaltung, sowie einen Überblick über die zu berücksichtigenden Unterrichtsinhalte in den jeweiligen Schuljahren bekommen. Der Plan berücksichtigt dabei nur die unbedingt durch das Kerncurriculum Sport geforderten Unterrichtsinhalte und gibt darüber hinaus den Lehrkräften den Freiraum für die verbleibende Unterrichtszeit eigene Inhalte auszuwählen. Die Unterrichtsinhalte sind in jeder Klassenstufe in die Erfahrungs- und Lernfelder unterteilt und es werden Vorschläge für Übungs- und Anwendungsformen gemacht. Die näheren Erläuterungen zu diesen Übungs- und Anwendungsformen befinden sich teilweise im Anhang oder sind in der angegebenen Literatur wiederzufinden. Die angegebene Literatur konkretisiert die Vorschläge und kann einen Überblick über die einzelnen Erfahrungs- und Lernfelder geben.

Im Rahmen des Sportunterrichts wird an unserer Schule ein besonderer Schwerpunkt auf die Vorbereitung der Sportveranstaltungen gelegt, die wir im Laufe eines Jahres besuchen. SchülerInnen (1.-4. Klasse) unserer Schule nehmen jedes Jahr am Küstenmarathon in Otterndorf teil, der im September stattfindet. Das Mattenhandballturnier wird von unseren Viertklässlern besucht. Außerdem nehmen wir an Fußballturnieren teil. Letztes Jahr fand zum ersten Mal die Kreisschulmeisterschaft im Fußball an unserer Schule statt. Außerdem sollen möglichst viele Schüler und Schülerinnen das Sportabzeichen (jährlich) absolvieren. Die Abnahme findet in Zusammenarbeit mit dem TSV Neuenkirchen statt. Ebenso finden jährlich die Bundesjugendspiele vor den Sommerferien statt. SchülerInnen der 1. und 2. Klasse absolvieren einen Dreikampf, der sich aus einer Pendelstaffel, einem Zonenweitsprung aus dem Stand und einem Zonenweitwerfen zusammensetzt. SchülerInnen der 3. und 4. Klasse führen einen traditionellen Vierkampf aus, der aus 50m Sprint, Weitsprung, Schlagballweitwurf und einem 800m/1000m Lauf besteht. Zusätzlich kann das Laufabzeichen erworben werden.

Leistungsfeststellung und Bewertung

Leistungsfeststellungen geben den Schülern/Innen Rückmeldung über den erreichten Kompetenzstand und den Lehrkräften Orientierung für Planung und Maßnahmen zur individuellen Förderung. Es wird unterschieden zwischen Lernsituation und Leistungs- und Überprüfungssituation. In Lernsituationen ist das Ziel der Kompetenzerwerb, bei Überprüfungssituationen steht die Anwendung des Gelernten im Vordergrund. Ziel ist es dabei die erwarteten Kompetenzen nachzuweisen. Die Grundlagen der Leistungsfeststellung müssen für Schüler/Innen und Eltern transparent sein und erläutert werden.

Leisten soll als das Bemühen um das Erfüllen von Bewegungsaufgaben verstanden werden. Dabei müssen die Grenzen des jeweiligen Leistungsvermögens berücksichtigt werden. Von allen Schülern/Innen, auch von den motorisch oder konstitutionell benachteiligten, ist zu erwarten, dass sie sich um das Erfüllen der Aufgaben bemühen.

Die Leistungsbewertung soll auf eine breite Basis gestellt werden, daher sollen regelmäßige Leistungsfeststellungen zu den verschiedenen Unterrichtsinhalten (Erfahrungs- und Lernfelder) stattfinden. Die Erfahrungs- und Lernfelder „Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten“ und „Kräfte messen und miteinander kämpfen“ werden nicht explizit bewertet. Beobachtungen (z.B. zum Sozialverhalten) aus diesen Bereichen gehen lediglich in die Gesamtnote mit ein. Ebenso verhält es sich mit dem Erfahrungs- und Lernfeld „Bewegen, Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen“. Erworbene Schwimmabzeichen werden außerdem unter Bemerkungen im Zeugnis vermerkt.

In den ersten beiden Klassenstufen erfolgt keine Notengebung, aber das Arbeits- und Soziaerverhalten wird bewertet und es können Bemerkungen unter „Interessen und Fähigkeiten“ im Zeugnis erfasst werden. Schüler, die das Laufabzeichen absolvieren erhalten diesbezüglich eine Bemerkung im Zeugnis.

Leistungsbeurteilung im Fach Sport

Zensurengebung in den Zeugnissen der Klasse 3 und 4

Die Zeugniszensur in der Klasse 3 und 4 setzt sich aus den folgenden Bereichen zusammen:

Bereich	Beschreibung	Anteil an der Note
Sportmotorische und andere fachbezogene Leistungen (2 von 4 Bereiche, siehe unten)	<ul style="list-style-type: none">• Individuelle Leistungen, die im Rahmen einer Unterrichtseinheit erbracht und mithilfe einer fachspezifischen Lernkontrolle ermittelt worden sind.	40 %
Individueller Lernfortschritt	<ul style="list-style-type: none">• Individueller Lernzuwachs innerhalb einer Unterrichtseinheit	30 %
Lernverhalten	<ul style="list-style-type: none">• Sportzeug• Einhalten von Regeln und Ritualen• Mitarbeit beim Auf- und Abbau• Motivation• Anstrengungsbereitschaft• Fairness	30 %

Für das Zeugnis des gesamten Schuljahres werden die Halbjahre zu jeweils 50 % gewichtet.

Mindestens 2 von 4 Bereichen werden in einem Halbjahr bewertet.

1.) Spielen:

- Umsetzen der Spielidee
- Mannschaftsdienliches Spiel, Fairness, Einbeziehen der Mitspieler
- Fertigkeiten mit dem Ball/Schläger (Prellen, Fangen, Werfen, Zielen, Zuspielen, etc.)

2.) Turnen und Bewegungskünste

- Jeweils geübte Elemente am Boden, Sprung oder Balken:
- Note 1: saubere, selbstständige Ausführung schwieriger Elemente
- Note 2: gute Ausführung einfacher Übungen; Selbsteinschätzung für evtl. nötige Hilfestellung
- Note 3: einfache Übungen deutlich erkennbar mit Hilfestellung
- Note 4: Einlassen auf Übungen vorhanden
- Note 5 (Ausnahme!): kaum/kein Einsatzwille

3.) Gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung:

- Umsetzung der vorgegebenen Bewegungen
- Rhythmusgefühl
- Gruppendienliches Verhalten

4.) Laufen, Werfen, Springen:

- Maßgeblich kann die Tabelle für die Bundesjugendspiele sein
- ODER: Festlegung eigener Weiten und Zeiten
- Note 1: außerordentlich gut die leichtathletischen Zeiten und Weiten erreicht
- Note 2: soweit die leichtathletischen Bedingungen erreicht
- Note 3: einzelne Bedingungen erreicht; gut geübt; sich selbst gesteigert
- Note 4: in der Regel gut geübt; an der eigenen Steigerung gearbeitet
- Note 5 (Ausnahme!): Übungen verweigert; keine Leistungen erbracht

Klasse 1

Die Prozessbezüge werden wie folgt abgekürzt:

BewegungsKönnen entwickeln – Erkenntnisse gewinnen (K, E)

Interaktionen herstellen (I)

Lernen lernen (L)

Bewerten (B)

Erfahrungs- und Lernfeld Spielen

Erwartete Kompetenzen für Schüler und Schülerinnen	Prozessbezug	Themen/Hinweise für den Unterricht
<p><u>Allgemeine Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen ▪ Spielregeln vereinbaren und einhalten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlage für die Teilhabe an Bewegungs- und Sportspielen (K,E) 	<p><u>Fang-, Lauf-, Platzwechselspiele:*</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Wer hat Angst vor...?; Busch oder Baum; SOS; Fischer, Fischer welche Fahne weht heute?; ▪ Fischer, Fischer wie tief ist das Wasser?; ▪ Feuer-Wasser-Blitz; Mc Donalds; chinesische Mauer; ▪ Linienhexe; Schlingpflanze; Schwänzchenfangen; ▪ Hase im Kohl; Komm mit - lauf weg, Taubenzüchter; Schlafmütze <p><u>Ballspiele</u>(siehe Anhang)</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hase & Jäger; Amerika; Zombie; Brettball; Haltet den Korb voll
<p><u>Allgemeine Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Miteinander und gegeneinander fair spielen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlage für die Teilhabe an Bewegungs- und Sportspielen (K,E) 	<p><u>Mannschaftsspiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Haltet die Hälfte frei, Balltreiben

Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste

<p><u>Mit Wagnis und Risiko umgehen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Balancieren selbstsicher bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Realistische Selbsteinschätzung (B), Bewegungswagnisse eingehen (K), Selbstsicherungs-fähigkeit (B) 	<p><u>Balancieren :</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Balancieren über Brücken (Langbänke, Höhenveränderungen, labile und stabile Gerätearrangements), Handgeräte
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Schwingen etc. selbstsicher bewältigen 		<p><u>Hangeln und Schaukeln, Schwingen, Stützen, Springen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungslandschaften (Taue, Ringe...): ▪ Springen: <ul style="list-style-type: none"> - Hüpfprung, Schrittsprung - aus unterschiedlichen Höhen springen - über Hindernisse springen - Hockwende über die Bank ▪ Stützen: <ul style="list-style-type: none"> - Vorübung zum Handstand - Übungen zur Stützkraftverbesserung (Hockwende, Schubkarre, Stationen BVK) ▪ Hangeln: <ul style="list-style-type: none"> - an den Reckstangen auf dem Schulhof - am Barren ▪ Gerätearrangements zum Klettern, Hangeln, Balancieren, Schwingen und Springen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ die Körperspannung halten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlage für weiterführende turnerische Bewegungsformen (K) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Hockwende (an der schrägen Bank)

Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung

<p><u>Bewegungen mit Handgeräten realisieren</u></p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gesamtkörperkoordination (K) 	<p><u>Handgeräte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tücher: Gespenster- Geschichte ▪ Reifen: Experimentieren (Reifen rollen, durchschlüpfen, Hula Hoop)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ gemeinsam den Umgang mit dem Schwungtuch erlernen 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Übungen mit dem Schwungtuch
<ul style="list-style-type: none"> ▪ erste Erfahrungen mit dem Seil sammeln, einfache Formen des Seilspringens erlernen 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Übungen mit Seilen ▪ Pferde spielen, Cowboy, Sprünge
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rhythmusfähigkeit entwickeln (K) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ tänzerische Grunderfahrungen ▪ einfache Tänze und Singspiele ▪ <u>Bewegungen in verschiedenen Richtungen:</u> rechts- links, vor-rück, hoch-tief, engweit ... ▪ im (langsamen und schnellen Hopser-) Laufen unterschiedliche Raumwege zurücklegen ▪ sich im Raum orientieren ▪ einfache Rhythmen in Bewegungen umsetzen Rhythmen durch Klatschen und Stampfen aufnehmen und in Gehen, Laufen und Hüpfen umsetzen ▪ Musik-Stopp Spiele ▪ Tiergarten nachahmen

Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen

<ul style="list-style-type: none"> ▪ mit unterschiedlichen Wurfgeräten möglichst weit bzw. genau werfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Auge – Hand – Koordination und Materialerfahrung (K,E) 	<p><u>Werfen und fangen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Hase und Jäger, Balltreiben* ▪ Stationen zum Zielwerfen (Mülleimer, Zeitungen, Kartons ...)
--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen 	<ul style="list-style-type: none"> Antizipationsfähigkeit in sportlichen Zusammenhängen und Alltagssituationen (K,E) 	<p><u>Laufen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Laufintensive Spiele: Fang- und Abschlagspiele Hindernisläufe Staffelläufe ausdauerndes Laufen in spielerischer Form *
<ul style="list-style-type: none"> aus einem Anlauf hochweit springen und sicher landen in die Weite und Höhe springen 	<ul style="list-style-type: none"> Freude am Springen, Körpererfahrungen (K) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> z. B. von einem großen Kasten auf einer Weichbodenmatte landen Zauberschnur Dreisprung, einbeinige und zweibeinige Sprünge Sprungfuß finden

* siehe Anhang

Erfahrungs- und Lernfeld Bewegungen auf rollenden und gleitenden Geräten

<ul style="list-style-type: none"> Dynamisches Gleichgewicht halten, sich nach dem Beschleunigen auf einem rollenden Gerät halten 	<ul style="list-style-type: none"> Grundlegende koordinative Fähigkeiten weiterentwickeln (K) 	<ul style="list-style-type: none"> Weichbodenmatte m. gr. Bällen darunter, Langbank m. Stäben, Rollbretter, Pedalos, auf Teppichfliesen gleiten
--	--	--

Erfahrungs- und Lernfeld Kräfte messen und miteinander kämpfen

<ul style="list-style-type: none"> fair kämpfen Regelungen beim Kräftemessen festlegen und einhalten 	<ul style="list-style-type: none"> Voraussetzung für körperliche Auseinandersetzung – Selbstkontrolle (E,I) 	<p><u>Tauziehen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> Tau und Rundtau Rüben ziehen
--	--	---

Klasse 2

Erfahrungs- und Lernfeld Spielen

Erwartete Kompetenzen für Schüler und Schülerinnen	Prozessbezug	Themen/Hinweise für den Unterricht
<p><u>Allgemeine Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen ▪ Spielregeln vereinbaren und einhalten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlage für die Teilhabe an Bewegungs- und Sportspielen (K, E) ▪ Regeln als veränderbare soziale Vereinbarungen kennen lernen und akzeptieren (I, L) ▪ In Spielsituationen auftretende Konflikte bewältigen 	<p><u>Lauf- und Ballspiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Spielideen annehmen ▪ kleine Spiele siehe Klasse 1 ▪ Zombieball, Autorennen * ▪ Einführung v. Völkerball, Brennball

* siehe Anhang

Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste

<p><u>Mit Wagnis und Risiko umgehen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gerätearrangements anhand von Stationskarten auf- bzw. abbauen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ realistische Selbsteinschätzung(B) ▪ Bewegungswagnisse eingehen(K) ▪ Selbstsicherungs-fähigkeit(B) 	<p><u>Hängen, Hangeln und Schwingen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Stationen bzw. Bewegungslandschaften ▪ Reckstangen auf dem Schulhof
---	--	--

<ul style="list-style-type: none"> ▪ ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Hangeln und Schwingen selbstsicher bewältigen 		
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Klettern und Springen selbstsicher bewältigen 		<p><u>Überwindung von Hindernissen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ kleine Kästen, große Kästen etc.
<ul style="list-style-type: none"> ▪ eine Rolle vorwärts aus dem Stand turnen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ An einer grundlegenden turnerischen Bewegungsform erkennen, dass systematisches Erproben und üben zum Lernerfolg führt(L, K, E) 	<p><u>Rolle vorwärts</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Stationen zum Rollen: Schiefe Ebene, Postbote, Tunnel...
<ul style="list-style-type: none"> ▪ akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Auge-Hand-Koordination fördern(K) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ jonglieren mit Tüchern, Tellern
<ul style="list-style-type: none"> ▪ das Körpergewicht halten und stützen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Grundlage für weiterführende turnerische Bewegungsformen (K) 	<p><u>Vorübungen zum Handstand:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Stützkraftübungen (BVK)

Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungen mit Handgerät gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Körpersprache als Ausdrucksform nutzen(I) ▪ Gesamtkörperkoordination(K) 	<p><u>Übungen mit versch. Handgeräten:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Übungsformen mit Gymnastikreifen, Tüchern, Jongliertellern, Gymnastikbällen ▪ Bewegungserfahrungen mit Alltagsmaterialien (Zeitung, Teppichfliese, Bierdeckel, Tuch) ▪ Bewegungserfahrungen mit Handgeräten (Ball, Seil, Reifen, Gymnastikstab) ▪ kleine Präsentation vorbereiten
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungen (ohne Handgerät) gestalten ▪ Gefühle und Empfindungen durch Bewegung ausdrücken 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen: Berufe, Tiere, Gefühle, Sportarten raten

Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen

<ul style="list-style-type: none"> ▪ mit unterschiedlichen Bällen möglichst weit werfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Auge-Hand-Koordination und Materialerfahrung(K,E) 	<p><u>Werfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ unterschiedliche Bälle werfen und fangen (auch gegen eine Wand), z. B. Schlagball, Gymnastikball, Handball, Tennisball, Basketball, Bohnensäckchen ▪ an Stationen (BVK)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen ▪ körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Antizipationsfähigkeit in sportlichen Zusammenhängen und Alltagssituationen(K,E) ▪ Puls als Belastungsindikator kennen(E) 	<p><u>Laufen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ schnell und zielstrebig laufen, z. B. kleine Wettläufe wie Puzzle- oder Pendelstafeln ▪ Puls fühlen (nach Sprint, Fangspiel...), Herzschlag hören / fühlen ▪ ausdauerndes Laufen in spielerischer Form *
<ul style="list-style-type: none"> ▪ hochweit springen (ein- sowie beidbeinig)und sicher landen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Freude am Springen, Körpererfahrungen(K) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kastentreppe, Zauberschnur, über Hindernisse springen ▪ Dreisprung

Erfahrungs- und Lernfeld Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten

<ul style="list-style-type: none">▪ Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren▪ sich mit einem rollenden oder gleitenden Gerät fortbewegen, Richtung gezielt ändern	<ul style="list-style-type: none">▪ grundlegende koordinative Fähigkeit weiterentwickeln(K)▪ Bewegungssicherheit herstellen(K,E)	<ul style="list-style-type: none">▪ <u>Rollbretter:</u><ul style="list-style-type: none">- <u>Allein auf dem Rollbrett:</u><ul style="list-style-type: none">- Gerät kennen lernen- Sicherheitsmaßnahmen- Wie wirkt es sich aus, wenn ich die Position auf dem Rollbrett verändere- Wie kann ich auf Tempo kommen?- Wie bremsen ich ab?- <u>Mit einem Partner fahren:</u><ul style="list-style-type: none">- Wie kann ich den Partner am besten schieben?- Wann fühlt sich der geschobene Partner am sichersten?- Wie kann ich die Richtung ändern? <p>→ Rollbrettführerschein</p> <ul style="list-style-type: none">▪ <u>Pedalo</u> (s.o.)
--	---	---

Erfahrungs- und Lernfeld Kräfte messen und miteinander kämpfen

<ul style="list-style-type: none">▪ fair kämpfen▪ eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen		<ul style="list-style-type: none">▪ <u>Kämpfen:</u><ul style="list-style-type: none">▪ Kooperative Spiele (* siehe Literatur)▪ Körperkontaktspiele▪ Kämpfe mit dem Partner und in der Gruppe▪ Regeln vereinbaren▪ Kämpfe im Ring
---	--	---

Klasse 3

Erfahrungs- und Lernfeld Spielen

Erwartete Kompetenzen für Schüler und Schülerinnen	Prozessbezug	Themen/Hinweise für den Unterricht
<p><u>Allgemeine Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen ▪ Spielregeln vereinbaren und einhalten ▪ eine Rolle im Spiel mannschaftsdienlich ausfüllen ▪ mit Sieg und Niederlage wertschätzend umgehen und Fairnessrituale praktizieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ kluges Zusammenspiel als Erfolgsstrategie begreifen(K,E) ▪ den Spielreiz in der Auseinandersetzung um den Sieg freudvoll erleben, ohne die Verlierer zu diskriminieren(I) 	<p><u>Kooperative Spiele:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mattenturm ▪ Fangspiele, die Zusammenarbeit erfordern: Kettenfangen, Hasenkrankenhaus* <p><u>Ballspiele:</u> Völkerball, Brennball, Gerätebrennball, Zombieball*</p>
<p><u>Spielformbezogene Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ein großes Ballspiel in vereinfachter Form regel- und sportartengerecht spielen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Teilhabe an gesellschaftlicher Sportwirklichkeit(K,E) 	<p><u>Sportspiel:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Handball (Mattenhandball), Basketball, Fußball, Hockey ...

* siehe Anhang

Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Akrobatische Bewegungen mit und ohne Handgerät realisieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Könnenserlebnisse erarbeiten und darstellen(K, E) ▪ Freude an gemeinsamen kreativen Bewegungshandeln(I) 	<p><u>Turnen am Boden:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kombinationen aus dem Bereich Bodenturnen ▪ „Menschenpyramide“
<ul style="list-style-type: none"> ▪ einen Stützsprung aus dem Anlauf heraus sicher über ein Gerät turnen ▪ das Körpergewicht halten und stützen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Könnenserlebnis erarbeiten(K, E, L) 	<p><u>Hocke, Hockwende, Grätsche:</u> z. B. mit Sprungbrett und gr. Kasten oder Bock</p>
<ul style="list-style-type: none"> ▪ mit Wagnis und Risiko selbstsicher umgehen ▪ im Team Geräte auf- bzw. abbauen und auf ihre Über- bzw. Untersicherung überprüfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungssituationen selbst bauen(B), mit Risiken und Grenzbereichen verantwortlich umgehen(B) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gerätearrangements, Stationskarten, Bewegungslandschaften
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungsherausforderungen des Über- Kopf-Seins kontrolliert bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Könnenserlebnis erarbeiten(K, E, L) 	<p><u>Handstand:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Stationen, Übungsreihe zum Handstand

Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungen mit Handgerät gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ eigene Potenziale durch Bewegungsgestaltung freisetzen(K) 	<p><u>Seilspringen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Seilspringdiplom
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Integration von Tanzkultur in den Schulalltag(K, I) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ einen Kindertanz oder „Trendtanz“ in der Gruppe tanzen und präsentieren, teilweise durch den Musikunterricht abgedeckt (siehe Bergedorfer Grundschulpraxis)

Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen

<ul style="list-style-type: none"> ▪ mit unterschiedlichen Bällen weit werfen ▪ einen kleinen Ball mit Schlagwurftechnik in die Weite werfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ eine grundlegende Bewegungsform zum effektiven Weitwerfen erlernen(K, E, L) 	<p><u>Werfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ aus dem Stand ▪ Drei-Schritt-Rhythmus ▪ individueller Anlauf
<ul style="list-style-type: none"> ▪ das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen ▪ Tempogefühl ▪ körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategien des ausdauernden Laufens(K, E) 	<p><u>Laufen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sprints über 50 m, Staffeln ▪ zielgerichtet, schnell und geradlinig laufen ▪ Minutenläufe ▪ sich beim Laufen selbst einschätzen ▪ Umkehrläufe, Gruppenläufe ▪ ausdauerndes Laufen in spielerischer Form * ▪ mindestens 20 Min. ausdauernd laufen (ökonomische Einteilung v. Strecke bzw. Zeit)

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gesunderhaltung(E, L) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Puls fühlen, zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden, schwitzen, Atmung (Seitenstiche)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ in die Weite springen ▪ einen Anlauf effektiv für eine Sprung in die Weite umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ grundlegende Verknüpfung koordinativer und konditioneller Anforderungen(, E) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kistenspringen, über Schaumstoffquader springen ▪ Weitsprung

* siehe Anhang

Erfahrungs- und Lernfeld Bewegen Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen

<p><u>Wassergewöhnung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ die Eigenschaften des Wassers für das sichere Bewegen im Wasser nutzen ▪ besondere Bedingungen des Sich-Bewegens im Wasser erkennen und begreifen ▪ Wasserwiderstand und Auftrieb kennen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewusstmachung von physikalischen Gesetzmäßigkeiten, Umgang mit Angst(E) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wassergewöhnung ▪ Wasserwiderstand erspüren ▪ Auftrieb erfahren ▪ Spiele (*siehe Literatur)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ins Wasser springen ▪ die Angst vor dem ins Wasser springen verlieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen mit dem Element Wasser beim Springen(K, E) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ aus der Hocke vom Beckenrand kippen ▪ vom Beckenrand springen ▪ Startsprung ▪ zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock präsentieren

<ul style="list-style-type: none"> ▪ weit tauchen ▪ tief tauchen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen mit dem Element Wasser beim Tauchen(K, E) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <u>Tauchen:</u> ▪ weit tauchen, Streckentauchen ▪ tief tauchen, Gegenstand vom Boden holen ▪
<p><u>Schwimmen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 5 min. sicher in einer beliebigen Schwimmlage vorwärts (oder rückwärts) in tiefem Wasser schwimmen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Selbstvergewissung über eigene Schwimmfähigkeit(B) ▪ Erhöhung der Mobilität im Bewegungsraum Wasser(K) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Minimalziel: Seepferdchen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Regeln ▪ öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Zugangsvoraussetzung für Nutzung öffentlicher Bäder(E) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ die Baderegeln erklären und einhalten <p>=> Schwimmabzeichen (Seepferdchen, Bronze, Silber, Gold) möglich</p>

Klasse 4

Erfahrungs- und Lernfeld Spielen

Erwartete Kompetenzen für Schüler und Schülerinnen	Prozessbezug	Themen/Hinweise für den Unterricht
<p><u>Allgemeine Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen ▪ Spielregeln vereinbaren und einhalten ▪ eine Rolle im Spiel mannschaftsdienlich ausfüllen ▪ mit Sieg und Niederlage wertschätzend umgehen und Fairnessrituale praktizieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ kluges Zusammenspiel als Erfolgsstrategie begreifen(K,E) ▪ den Spielreiz in der Auseinandersetzung um den Sieg freudvoll erleben, ohne die Verlierer zu diskriminieren(I) 	<p><u>Kleine Spiele:</u> * siehe Anhang</p> <p><u>Ballspiele:</u> Völkerball, Brennball, Gerätebrennball, Zombieball*</p>
<p><u>Spielformbezogene Spielfähigkeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ein großes Ballspiel in vereinfachter Form regel- und sportartengerecht spielen ▪ Bälle und Schläger sachgerecht nutzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Teilhabe an gesellschaftlicher Sportwirklichkeit(K,E) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Handball(Mattenhandball), Fußball, Basketball, Hockey ...

Erfahrungs- und Lernfeld Turnen und Bewegungskünste

<ul style="list-style-type: none"> ▪ turnerische Bewegungsformen am Boden erlernen z.B. Rad ▪ zwei erlernte Bewegungsformen im Bodenturnen verbinden und flüssig präsentieren ▪ Bewegungsherausforderungen des Über- Kopf-Seins kontrolliert bewältigen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sensorische Sensationen bewusst herbeiführen(K,E) ▪ Könnenserlebnis erarbeiten(K, E, L) ▪ Unter Rückgriff auf erlernte Bewegungsformen neue Bewegungsherausforderungen bewältigen 	<p><u>Turnen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Vorübungen zum Radschlag ▪ Bewegungskombination: Rolle vorwärts und Strecksprung
<ul style="list-style-type: none"> ▪ turnerische Bewegungsformen erlernen ▪ zwei erlernte Bewegungsformen im Geräteturnen verbinden und flüssig präsentieren 		<p><u>Geräteturnen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Barren, Kasten, Lüneburger Stegel
<p><u>Gerätekunde</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Geräte benennen und sachgerecht auf- und abbauen 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Geräte anhand von Aufbauplänen/Stationskarten aufbauen ▪ Planungsmatte ▪ eigene Pläne (GA)

Erfahrungs- und Lernfeld gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Integration von Tanzkultur in den Schulalltag(I) 	<p><u>Tanzen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tänze (siehe Bergedorfer Grundschulpraxis) ▪ einen Kindertanz oder einen Trendtanz in der Gruppe tanzen und präsentieren ▪ Akzente setzen (verschiedene Takteile betonen)
---	--	---

<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewegungen ohne Handgerät gestalten ▪ verschiedene Laufformen kombinieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ eigene Potenziale durch Bewegungsgestaltung freisetzen(K) 	<p>Zur Musik laufen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Themen- und Musikbezogenen Bewegungen improvisieren (z.B. laufen) <p><u>unter dem Aspekt „Krafteinsatz“:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - leichtfüßig oder kräftig laufen (laut/leise) <p><u>unter dem Aspekt „Raumbewältigung“:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - vor-, rück-, seitwärts laufen - tiefes und hohes Laufen - Richtungswechsel, anfangs in langsamen Tempo und mit Pausen, später mit fließenden Übergängen - Drehungen: weit – eng, hoch - tief - verschiedene einfache Raumfiguren: Kreis, Acht, Rechteck usw. <p><u>unter dem Aspekt „Zeit“:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - in kontinuierlichem Tempo und - plötzlichen Tempowechsel
--	---	---

Erfahrungs- und Lernfeld Laufen, Springen, Werfen

<ul style="list-style-type: none"> ▪ mit unterschiedlichen Bällen weit werfen ▪ einen kleinen Ball mit Schlagwurftechnik in die Weite werfen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ eine grundlegende Bewegungsform zum effektiven Weitwerfen erlernen(K, E, L) 	<p><u>Werfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ aus dem Stand, Drei-Schritt-Rhythmus, individueller Anlauf
<ul style="list-style-type: none"> ▪ das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen ▪ Tempogefühl 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategien des ausdauernden Laufens(K, E) 	<p><u>Laufen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sprints über 50 m, Staffeln, zielgerichtet, schnell und geradlinig laufen ▪ ausdauerndes Laufen in spielerischer Form * , mindestens 20 Min. ausdauernd laufen (ökonomische Einteilung v. Strecke bzw. Zeit)

<ul style="list-style-type: none"> ▪ körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Gesunderhaltung(E, L) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Zeitschätzläufe, Minutenläufe, sich beim Laufen selbst einschätzen ▪ Umkehrläufe, Gruppenläufe ▪ Staffeln ▪ Puls fühlen, zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden, Schwitzen, Atmung (Seitenstiche)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ in die Weite und Höhe springen ▪ einen Anlauf effektiv für eine Sprung in die Weite umsetzen ▪ aus einem markierten Raum abspringen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ grundlegende Verknüpfung koordinativer und konditioneller Anforderungen(, E) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Zonenspringen ▪ Kistenspringen, Springen über Schaumstoffquader ▪ Zauberschnur ▪ Weitsprung ▪ Abspringen von verschiedenen Absprungstellen
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Minitrampolin aus einem markierten Raum abspringen ▪ in die Weite und Höhe springen 		<ul style="list-style-type: none"> ▪ Springen auf und mit dem Minitrampolin, Rolle auf den Mattenberg (Gerätearrangements)

* siehe Anhang

Erfahrungs- und Lernfeld Bewegungen auf rollenden und gleitenden Geräten

<ul style="list-style-type: none">▪ Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren▪ mit dem Fahrrad (oder Inlinern, Rollschuhen, Rollern oder Kickboards) die Anforderungen eines differenzier-ten Geräteparcours sicher bewältigen▪ Gleichgewicht halten	<ul style="list-style-type: none">▪ Bewegungskönnen in neuen, herausfordernden Situationen anwenden(K, B)	<p><u>Geschickt und umsichtig Fahrrad fahren:</u></p> <ul style="list-style-type: none">- Stationen für einen Geschicklichkeitsparcours- Herausforderungen zum langsamen Fahren- mit einem Partner gemeinsame Kunststücke entwickeln- Formationsfahren Radler-Zirkus <p>-> Fahrradprüfung (siehe auch Curriculum Mobilität)</p>
---	---	---

Erfahrungs- und Lernfeld Kräfte messen und miteinander kämpfen

<ul style="list-style-type: none">▪ fair kämpfen▪ eigene Kräfte situationsangemessen einsetzen▪ Emotionen spüren und beherrschen	<ul style="list-style-type: none">▪ Kämpfen kultivieren(I, E)▪ Zuversicht stärken, sich auch aus schheinbar aussichtslosen Situationen aus eigenen Kräften befreien(L)▪ Ärger nicht gegen andere richten(I)	<p><u>Kämpfen:</u></p> <ul style="list-style-type: none">▪ siehe 2. Klasse, Stand vom 2. Schj. festigen▪ Schiedsrichterfunktionen übernehmen▪ Rolle des Angreifers und des Verteidigers ausführen <p>Rituale halten und etablieren</p> <ul style="list-style-type: none">▪ Zweikampfsituationen kennen lernen und einfache Lösungswege erarbeiten▪ einfache Judohaltegriffe (oder anderer Kampfsport)▪ kleine Wettkämpfe
--	---	---

Erfahrungs- und Lernfeld Bewegten Schwimmen, Tauchen, Wasserspringen

<p><u>Wassergewöhnung</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ die Eigenschaften des Wassers für das sichere Bewegen im Wasser nutzen ▪ besondere Bedingungen des Sich-Bewegens im Wasser erkennen und begreifen ▪ Wasserwiderstand und Auftrieb kennen lernen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bewusstmachung von physikalischen Gesetzmäßigkeiten, Umgang mit Angst(E) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Wassergewöhnung ▪ Wasserwiderstand erspüren ▪ Auftrieb erfahren ▪ Spiele (*siehe Literatur)
<ul style="list-style-type: none"> ▪ ins Wasser springen ▪ die Angst vor dem ins Wasser springen verlieren 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen mit dem Element Wasser beim Springen(K, E) 	<p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ aus der Hocke vom Beckenrand kippen ▪ vom Beckenrand springen ▪ Startsprung ▪ zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock präsentieren
<ul style="list-style-type: none"> ▪ weit tauchen ▪ tief tauchen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ spezifische Körper- und Bewegungserfahrungen mit dem Element Wasser beim Tauchen(K, E) 	<p><u>Tauchen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ weit tauchen, Streckentauchen ▪ tief tauchen, Gegenstand vom Boden holen
<p><u>Schwimmen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ mind. 5 min. sicher in einer beliebigen Schwimmlage vorwärts (oder rückwärts) in tiefem Wasser schwimmen 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Selbstvergewisserung über eigene Schwimmfähigkeit(B) ▪ Erhöhung der Mobilität im Bewegungsraum Wasser(K) 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Minimalziel: Seepferdchen

<ul style="list-style-type: none">▪ Regeln▪ öffentliche Schwimmbäder den Regeln entsprechend nutzen	<ul style="list-style-type: none">▪ Zugangsvoraussetzung für Nutzung öffentlicher Bäder(E)	<ul style="list-style-type: none">▪ die Baderegeln erklären und einhalten <p>=> Schwimmbadabzeichen (Seepferdchen, Bronze, Silber, Gold) möglich</p>
--	--	---

Literatur:

- BAYERISCHE LANDESSTELLE FÜR DEN SCHULSPORT: Fit für den Sportunterricht in der Grundschule. Donauwörth 2005. (allgemein)
- BAYERISCHE LANDESSTELLE FÜR DEN SCHULSPORT: Schwimmen unterrichten. Donauwörth 2007.
- BERGEDORFER GRUNDSCHULPRAXIS: Sport 1./2. Klasse. Band 1 und Band 2. Horneburg 2005. (allgemein)
- BERGEDORFER GRUNDSCHULPRAXIS: Sport 3./4. Klasse. Band 1 und Band 2. Horneburg 2005. (allgemein)
- BLUME, M.: Akrobatik mit Kindern. Aachen 1995.
- BRACKE, J.: Lernzirkel Sport. Band 1, Band 2, Band 3, Band 4, Band 5, Band 6. BVK Verlag. (Stationen)
- BRODTMANN, D.: Sportunterricht in Bewegung. Seelze-Velber 2005. (allgemein)
- BUSCH, F.: Ringen und Kämpfen. Donauwörth 2002.
- DÖBLER, E. und H. : Kleine Spiele. Berlin 1998.
- EISENHÖFER, M.: Sport in der Grundschule. München 2001.
- LANGE, A. und SINNING, S.: Spiele im Wasser. Wiebelsheim 2005.
- MEDLER, M.: Ausdauerlauf in der Schule. Flensburg 2001.
- Liebisch/Woll/Schieb/Wachter/Bös.:Fitness in der Grundschule-Leitfaden Praxis,Wiesbaden/Karlsruhe 2004.
- Frank Obst(Bundesarbeitsgemeinschaft für eine ganzheitliche Bewegungsförderung im Kindesalter): Tipps und Topps für eine ganzheitliche Bwegungsförderung im Kindesalter, Wiebaden 2008.
- Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltung und Bewegungsförderung: Kinder fördern durch Bewegung und Sport, Band 1 – 4, Wiesbaden 2008.

Laufspiele:

SOS:

Ein oder mehrere Fänger werden bestimmt (Kennzeichnung durch Bänder sinnvoll). Die Fänger müssen versuchen, die anderen Kinder anzuticken. Wer getickt wurde, bleibt stehen, grätscht die Beine, wedelt mit den Armen und ruft "SOS". Noch nicht gefangene Kinder können die "Gefangenen" befreien, in dem sie durch deren gegrätschte Beine krabbeln.

"SOS"Variante:

Je nach Klassengröße 2-3 Weichbälle mit denen die Schüler sich gegenseitig abwerfen. Jeder darf den Ball ergattern und abwerfen (Der Ball soll nicht länger als 5 sek in der Hand gehalten werden). Befreien wie vorher.

Mc Donalds:

Alle Kinder laufen in der Halle herum. Auf Zuruf des Spielleiters (Lehrer oder kranke Kinder) müssen die Kinder wie folgt reagieren:

Pommes = Alle bleiben stehen, Arme am Körper

Hamburger = Zwei Kinder legen sich aufeinander

Big Mac = Drei Kinder legen sich aufeinander

Milch Shake = Kinder bleiben stehen und kreisen die Hüfte

Chicken = Kinder bleiben stehen, winkeln die Arme an, Arme gehen hoch und runter

Schwänzchenfangen:

Jedes Kind steckt sich ein Parteiband hinten in die Hose. Auf Kommando müssen die Kinder im Laufen versuchen, den anderen das Band aus der Hose zu ziehen. Sieger ist, wer die meisten Bänder erobert hat.

Feuer - Wasser - Blitz:

Alle Kinder laufen in der Halle herum. Auf Zuruf des Spielleiters (Lehrer oder kranke Kinder) müssen die Kinder wie folgt reagieren:

Feuer = Alle Kinder legen sich auf die Erde

Wasser = Alle Kinder begeben sich auf ein Gerät

Blitz = Alle Kinder bleiben wie erstarrt stehen

Luft = Alle Kinder hüpfen auf der Stelle

Sturm = Alle Kinder laufen in die vom Spielleiter angezeigte Hallenecke

Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?

Ein Kind ist der Fischer und steht auf einer Hallenseite. Die anderen Kinder stehen auf der anderen Seite und rufen: „Fischer, Fischer, welche Fahne weht heute?“ Der Fischer antwortet z. B. : „Blau.“ Alle Kinder, die etwas Blaues anhaben, dürfen auf die andere Seite gehen und nicht gefangen werden. Kinder, die nichts Blaues haben, müssen versuchen auf die andere Seite zu kommen. Wer dabei angetickt wurde, wird auch zum Fänger.

Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?

Ein Kind ist der Fischer und steht auf einer Hallenseite. Die anderen Kinder stehen auf der anderen Seite und rufen: „Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser?“ Der Fischer antwortet z. B. : „6m tief.“ Die Kinder fragen: „ Wie kommen wir darüber?“ Der Fischer denkt sich etwas aus, z. B. : „ Ihr müsst schwimmen!“ Alle Kinder versuchen mit Schwimmbewegungen auf die andere Seite zu kommen und nicht gefangen zu werden. Wer angetickt wurde, wird auch zum Fänger.

Chinesische Mauer:

Ein Kind ist Fänger und steht auf der Mittellinie. Die anderen Kinder stehen auf einer Hallenseite und müssen versuchen, auf die andere Seite zu kommen. Das Kind auf der Mittellinie versucht, die Kinder abzuschlagen. Es darf sich dabei nur seitlich auf der Mittellinie bewegen. Wer berührt wurde, wird auch zum Fänger.

Taubenzüchter

Zwei Mannschaften bilden und je eine Ecke als "Taubenschlag" abtrennen. Auf das Kommando des "Taubenzüchters" fliegen die gegnerischen "Tauben" aus, die der "Züchter" zu fangen versucht. Danach wechseln.

- Fangen nach Zeit /Punkte zählen
- "Tauben kehren beim Wechsel in den eigenen Schlag zurück.
- "Züchter" wechselt bei jedem Durchgang.

Linienhexe

Die Schüler dürfen nur auf den Feldlinien entlang laufen. Eine "Hexe" versucht die anderen zu ticken. Wer getickt wurde setzt sich an der Stelle auf die Linie und blockiert sie damit.

(Je nach Klassengröße mit ein oder zwei "Hexen" spielen/ mit oder ohne befreien.)

Schlingpflanze

Material: Springseile

Ein Schüler bekommt 1 Springseil (2mal zusammengelegt /Knoten in der Hand) mit dem er die Anderen berühren muss (nur Körper). Jeder dadurch "Gefangene" holt sich ein eigenes Seil, setzt sich an die Stelle an der er getickt wurde und versucht weitere Schüler mit seinem Seil zu berühren.

Kurze Kette

Ein Schüler wird als Fänger bestimmt. Er muss drei weitere Schüler nacheinander an seine Kette bringen, dann teilt sich die Kette und jedes Teil versucht weitere Schüler "anzuketten".

Ausdauerspiele:

Memorylauf:

In der Halle werden Kartenpaare mit unterschiedlichen Motiven verteilt. Die Schüler laufen zur Musik um die Kärtchen. Bei Musikstopp nimmt sich jedes Kind eine Karte und sucht seinen Partner. Auf Signal trennen sie sich wieder, legen die Karten ab und laufen weiter.

Würfellauf:

Es werden vier Mannschaften gebildet. Jede Mannschaft bekommt einen kleinen Kasten, einen Bleistift, ein Blatt Papier und einen Würfel. Ein Kind der Mannschaft würfelt, notiert die Zahl auf dem Zettel und läuft so viele Runden außen um die Kästen (Größe der Turnhalle) herum. Wenn das Kind losgelaufen ist, würfelt das nächste Kind, addiert seine Zahl zu der vorherigen und läuft ebenfalls die gewürfelte Rundenzahl. Es muss eine Zielzahl erreicht werden (z.B. 80).

Bierdeckellauf:

Es werden vier Mannschaften gebildet, die in den Hallenecken stehen. Eine große Anzahl von Bierdeckeln wird in der Turnhalle verteilt. Auf ein Signal hin dürfen die Mannschaften so viele Bierdeckel sammeln, wie sie können. Es darf allerdings immer nur ein Bierdeckel pro Lauf transportiert werden. Das Spiel endet, wenn alle Bierdeckel in den Ecken liegen.

Zusatz: Auf ein Signal bringen die Mannschaften ihre Bierdeckel zurück in den Karton, der in die Mitte gestellt wird. Dabei dürfen sie wiederum

immer nur einen Bierdeckel transportieren. Gewonnen hat die Mannschaft, die als erste alle Bierdeckel aus der Ecke in den Karton zurück gebracht hat.

Lauf den Hasen Joggi bunt:

Jedes Kind bekommt ein Ausmalbild (z.B. aus Bergedorfer Grundschulpraxis, 1./2. Klasse, Band 1, Seite 72) und muss die angegebenen Runden laufen, um die entsprechenden Felder bunt zu malen.

Variante: Es werden vier Mannschaften gebildet und es gibt für jede Mannschaft ein Ausmalbild. Die Runden werden entsprechend verteilt.

6-Tage-Rennen:

Es werden vier Mannschaften gebildet. An die Seiten der Turnhalle werden vier Langbänke gestellt, so dass eine Außenbahn entsteht. Jede Mannschaft setzt sich auf eine Langbank. Auf ein Signal starten jeweils die ersten auf der Bank und laufen eine Runde. Schlagen den nächsten aus der Mannschaft ab, usw. bis alle eine Runde gelaufen sind, dann läuft der erste zwei Runden, dann drei, dann zwei, dann eine; so dass jeder Schüler insgesamt 6 Runden läuft.