

Sport 4/5/6

Spiele - Spiele

	4. Jahrgang	5. Jahrgang	6. Jahrgang
Umgang mit Spielgeräten: Aufgaben und Spielformen mit verschiedenen Spielgeräten, am Ort und in der Bewegung, allein, mit Partner und in der Gruppe			
Übungsformen zur Vorbereitung auf Bewegungsabläufe der großen Sportspiele			
Spiele erfassen und gestalten: Spielideen benennen, anderen erklären und auch weiterentwickeln; kooperative Spiele; Wahrnehmungsspiele; einfache und komplexe Lauf-, Fang- und Ballspiele			
Erweiterung der Spielfähigkeit in Gruppen- und Mannschaftsspielen bis hin zu Grobformen der Sportspiele			
Grundformen der Sportspiele Fußball und Floorball			
Grundformen der Sportspiele Basketball und Volleyball			

Leichtathletik: Laufen, Springen, Werfen

Schnelllaufen: Laufspiele und -formen mit vielseitigen Konzentrations- und Reaktionsansprüchen, (Steigerungsläufe, Staffelläufe, Tempowechsel-Läufe...)			
Dauerlaufen: Dauerlaufformen und -spiele, Übungsformen zur Schulung von Zeit- und Tempogefühl, Laufen im Freien			
Springen und Hüpfen in die Weite, in die Höhe, über Hindernisse, mit und ohne Anlauf, ein- und beidbeinig, Ziel- und Zonenspringen			
Werfen, Schleudern, Stoßen: Ball- und Wurfspiele mit unterschiedlichen Geräten, Aufgaben zum Werfen auf Ziele, in die Weite und Höhe, aus dem Anlauf			

Körper- und Bewegungsschulung, Bewegungserfahrungen

Übungen/ Spiele zur Erwärmung, Dehnung und Kräftigung der Muskulatur			
Bewegung im Raum, mit Gerät, mit Rhythmus und Musik			
Kämpfen nach Regeln, Zieh- und Schiebekämpfe			

Bewegen an Geräten - Turnen

Übungen und Spiele an Gerätelandschaften und Hindernisbahnen, Geräte gemeinschaftlich auf- und abbauen			
Turnerische Grundtätigkeiten an verschiedenen Geräten üben und ausführen: Stützen, Rollen, Überschlagen, Springen, Klettern, Hangeln, Schwingen, Balancieren			
Bodenturnen: Rollbewegungen, Radschlagen, Kopfstand, Handstand			
Bodenturnen: Handstand abrollen, Sprungrolle (Flugrolle)			
Stützsprünge: Grätsche und Hocke über den Bock, über den Querkasten, Hockwende über den Querkasten			
Stützsprünge: Grätsche und Hocke über den Längskasten			
Reckturnen: Felgabzug, Unterschwing, Felgaufzug, Felgumschwung,			
Barrenturnen/Stufenbarren: Stützen und Schwingen, Kehren, Wenden, hohe Wende, Aufschwung, Unterschwing			
Akrobatisches Turnen: Partner- und Gruppenakrobatik; akrobatische Figuren nach-vollziehen, erfinden, präsentieren; Pyramiden, „Zirkus“.			