

Zeitraum:	Erwartete Kompetenzen	Hinweise zu Inhalten	Hinweise zur Durchführung
Ca. 10 Std.	Spiele		
	Allgemeine Spielfähigkeit	<ul style="list-style-type: none"> - eine Spielidee erfassen, erklären u. umsetzen - Spielregeln vereinbaren und einhalten - miteinander fair spielen 	<i>Zauberball Fischer, Fischer... Haltet das Feld frei, Spielstationen beim Spiel- und Sportfest auf dem Sportplatz</i>
Ca. 8 Std.	Turnen und Bewegungskünste		
	Vorgegebene Bewegungsformen erlernen	- eine Rolle vorwärts auf der schiefen Ebene turnen	<i>Rolle auf Weichbodenmatte als schiefe Ebene</i>
	Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren	- aus unterschiedlichen Höhen im kontrollierten Niedersprung im Stand beidbeinig sicher landen	<i>Kasten Kletterwand Weichboden</i>
	Das Körpergewicht halten und stützen	<ul style="list-style-type: none"> - im Handstütz zwischen zwei Bänken fortbewegen, - an einer Stange hangeln 	Bänke, Reck
	Akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren	<ul style="list-style-type: none"> - mit Tüchern jonglieren - mit dem Schwungtuch rhythmisch bewegen 	Jongliertücher Schwungtuch
Ca. 4 – 8 Std.	Gymnastisch-rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung		
	Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen	<ul style="list-style-type: none"> - im langsamen und schnellen Hopselauf unterschiedliche Raumwege zurücklegen - sich nach einem eindeutigen Takt entsprechend bewegen 	<i>Auswahl von CDs Klanghölzer</i>

	Bewegungen ohne Handgerät gestalten	- sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen erkennbar bewegen	<i>Rollenspiel</i>
Ca. 10 – 12 Std.	Laufen, Springen, Werfen		
	Das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen	- im schnellen, zielstrebigem Laufen Gegenständen oder sich bewegenden Personen ausweichen	<i>Lauf-, Fangspiele, Hinweise in Curriculum Mobilität, Spiel- und Sportfest</i>
	In die Weite und Höhe springen	- aus einem Anlauf von einer Rampe hochweit springen und sicher landen	<i>Kasten, Weichboden, ggf. Sprunggrube</i>
	Mit unterschiedlichen Bällen weitwerfen	- unterschiedliche Bälle gegen eine Wand werfen und den abprallenden Ball auffangen	<i>Hallenwände, Bälle, Spiel- und Sportfest</i>
Ca. 4 – 8 Std.	Bewegen auf rollenden und gleitenden Geräten		
	Bewegungsabläufe angepasst an das Gerät optimieren	- sich mit einem rollenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen	<i>Rollbretter, Parcours</i>
Ca. 4 Std.	Kräfte messen und miteinander kämpfen		
	Fair kämpfen	- Regelungen beim Kräften messen festlegen und einhalten	<i>dünne Matten, Weichboden</i>
	Emotionen spüren und beherrschen	- wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen	
Ca. 4 Std.			Spiel- und Sportfest auf dem Sportplatz
Ca. 4 Std.			Waldjugendspiele
Ca. 8 Std.		Projekte	z.B. Zirkus „La Luna“ Judoprojekt