

Inhalte des Sportunterrichts im 4. Schuljahr

4. Schuljahr: Sommer bis Herbst

Bereich/Schwerpunkt	Kompetenzerwartung	Unterrichtsvorhaben / Medien
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen - Die Reaktionen des Körpers in der Bewegung und vor, bei und nach körperlicher Belastung wahrnehmen und deuten	Die Schüler/innen kennen die Ursache-Wirkungszusammenhänge von Körperreaktionen auf Bewegungsbelastungen und können sich individuell dosiert belasten	Ausdauerläufe Ausdauerspiele wie Sekundenfangen, Circuit-Training Hindernisstafeln
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen - Spielideen entwickeln und das Spielen aufrecht erhalten	Die Schüler/innen entwickeln und verwirklichen eigene Spielideen und treffen Vereinbarungen zur Aufrechterhaltung des Spiels	Spiele mit Alltagsmaterialien und Handgeräten wie Teppichfliesen, Bierdeckeln, Luftballons, Keulen Brennball und Völkerball in abgewandelten Formen
Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Grundformen der Sportspiele einschließlich ihrer taktischen Anforderungen und spielspezifischen motorischen Fertigkeiten lernen, üben und anwenden	Die Schüler/innen bringen sich in die Grundformen ausgewählter Sportspiele entsprechend ihrer technischen und taktischen Möglichkeiten ein	Hinführende und spezifische Übungen für ein Wurfspiel z.B. Basketball oder Handball

4. Schuljahr: Herbst bis Ende 1. Schulhalbjahr

Bereich/Schwerpunkt	Kompetenzerwartung	Unterrichtsvorhaben/ Medien
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport Grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten zum adäquaten Umgang mit Gleit-, Fahr- und Rollgeräten erlernen und üben	Die Schüler/innen bewegen sich koordiniert und nutzen Gleit-, Fahr- und Rollgeräte in komplexen Bewegungssituationen sicher beachten Sicherheitsaspekte in Abhängigkeit von materiellen, räumlichen und personalen Gegebenheiten	Das verkehrssichere Fahrrad – Vorbereitung auf sicheres Fahren im Straßenverkehr im Rahmen der Radfahrausbildung Radfahrparcour (Terminabsprache mit der Polizei)
Bewegen an Geräten -Turnen Elementare turnspezifische Bewegungsformen erlernen, üben und anwenden	Die Schüler/innen beherrschen turnerische Bewegungsfertigkeiten in der Grobform und erweitern ihr Bewegungsrepertoire kennen und nutzen die Auswirkungen des Übens auf die Verbesserung der Bewegungsqualität	Rollen vorwärts, rückwärts an Geräten z.B. auf Kästen, an Tauen und Ringen, Stützsprünge und Niedersprünge an Bock und Kasten, Abzüge, Aufschwünge, Unterschwünge an Reck und Barren, Rad
Gestalten, Tanzen Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste Bewegungskunststücke mit Handgeräten und Objekten erfinden, üben und gestalten	Die Schüler/innen üben selbst erfundene sowie vorgegebene anspruchsvollere Bewegungskunststücke, verbessern die Bewegungsqualität und gestalten	Bewegungskunststücke mit Handgeräten(Ball, Reifen, Seil, Keulen

	Präsentationen	
--	----------------	--

4. Schuljahr: Beginn 2. Schulhalbjahr bis Ostern

Bereich/Schwerpunkt	Kompetenzerwartung	Unterrichtsvorhaben/Medien
Bewegen an Geräten –Turnen Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren	Die Schüler/innen erstellen für unterschiedliche Bewegungsabsichten angemessene Bewegungslandschaften, kennen und berücksichtigen dabei die notwendigen Sicherheitsaspekte	Gerätelandschaft für Rollbewegungen oder Stütz- und Niedersprünge oder Schwingen und Klettern Abenteuersport
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Den Körper beim Laufen erleben und vielfältige Lauferfahrungen machen	Schüler/innen erfüllen vorgegebene und selbst gesetzte Laufanforderungen und gestalten ihr Lauftempo situationsgerecht	50 Meter Läufe aus unterschiedlichen Startstellungen, Staffelspiele, rhythmisches Laufen über Hindernisse,
Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport Kampfformen entwickeln, Regelungen treffen, erproben und verändern	Die Schüler/innen erfinden, erproben und bewerten eigene Kampfformen und legen Regeln fest	Fallübungen Zieh- und Schiebekämpfe in Kleingruppen Kämpfe um einen Gegenstand im Team Partnerkämpfe Zweikämpfe mit Handicap

4. Schuljahr: Ostern bis Sommer

Bereich/Schwerpunkt	Kompetenzerwartung	Unterrichtsvorhaben/Medien
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele Grundformen der Sportspiele einschließlich ihrer taktischen Anforderungen und spielspezifischen motorischen Fertigkeiten lernen, üben und anwenden	Die Schüler/innen bringen sich in die Grundformen ausgewählter Sportspiele entsprechend ihrer technischen und taktischen Möglichkeiten ein	Hinführende und spezifische Übungen für ein Rückschlag oder Torschusspiel wie Ball über die Schnur, Affebtennis oder Fußball, Hockey
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Vielfältige Sprungformen entdecken, ausprägen und anwenden	Die Schüler/innen erfüllen vorgegebene und selbst gesetzte Sprunganforderungen und springen koordiniert	Weit springen über Hindernisse, Rhythmisches Springen auf Matten, in Reifen, Springen an der Kastentreppe, Weitsprung als Schrittweitsprung Sprünge auf Mattenberge, Standhochsprünge Hochsprung in Schersprungtechnik, evtl. Flop
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Vielfältige Wurfarten entdecken, ausprägen und anwenden	Die Schüler/innen wenden situationsangemessen verschiedene Wurfarten an und werfen koordiniert mit unterschiedlichen Wurfobjekten	Werfen mit unterschiedlichen Gegenständen auf hohe, weite, feste und bewegliche Ziele, Werfen in Zonen, Wurfstaffeln, Technik Schlagballwurf, Schleuderball
Gestalten, Tanzen, Darstellen Tänze erlernen und Bewegungsgestaltungen entwickeln, üben und präsentieren	Die Schüler/innen realisieren und variieren vorgegebene Tänze und entwickeln eigene Bewegungsgestaltungen zu Musik, berücksichtigen dabei rhythmische, räumliche und formbezogenen Gestaltungskriterien	Tänze für Feste und Feiern