



Grundsätzliche Regel im Sportunterricht

Es darf kein Schmuck im Sportunterricht getragen werden. (Bei Festivalarmbändern ggf. Schweißband darüber.)

Es muss funktionelle, wetterentsprechende Sportkleidung getragen werden. (Umziehen vor und nach der Sportstunde verpflichtend!)

Sind keine Sportsachen zum Unterricht mitgebracht worden, findet ein Ausschluss vom Sportunterricht statt und das Kind wird während dieser Zeit in einer anderen Klasse beaufsichtigt.

Die Sporthalle darf nur mit sauberen Hallenschuhen betreten werden. (Keine Teilnahme auf Socken, ggf. barfuß, wenn es das Bewegungsthema zulässt.)

Eine schriftliche Entschuldigung durch die Eltern/Attest ist bei Nichtteilnahme erforderlich.

Lange Haare müssen zum Zopf zusammengebunden werden!

Folgende Aspekte zählen zur Leistungs- bewertung

Fähigkeiten/Fertigkeiten:

- erfolgreiche Teilnahme an Spielen
- Weiten, Zeiten
- Bewegungsqualitäten, Schwierigkeiten
- Effizienz
- Steigerung/ Lernfähigkeit der persönlichen Leistung

Einstellungen:

- Anstrengungsbereitschaft
- Selbstständigkeit
- Zuverlässigkeit
- Lernbereitschaft
- Kooperationsfähigkeit
- Hilfsbereitschaft

Kenntnisse:

- Sach- und Regelkenntnisse
- Spielverständnis
- Einsichtiges Handeln in Lern- und Trainingsprozessen

Leistungsstandmitteilung, wenn möglich, nach jedem abgeschlossenen Thema



Spielen

Ich kenne die Regeln im Sportunterricht und wende sie an.

Ich kann einfache Spiele zum Kennenlernen meiner Mitschüler nach Regeln spielen.

Ich kann miteinander in verschiedenen Mannschaften gegeneinander spielen.

Ich kenne unterschiedliche Spielmaterialien und kann diese situationsabhängig einsetzen.

Rollen, Gleiten, Fahren

Ich mache einen Rollbrettführerschein.

Ich gehe mit den Fahrzeugen aus dem Schuppen sachgerecht und verkehrssicher um und kann einfache Parkours bewältigen.

Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

Ich kann Bewegungshandlungen an eine vorgegebenen Musik oder einen Rhythmus anpassen.

Ich kann zu einem Kinderlied passende Bewegungen ausführen.

Turnen

Ich kann in Gerätelandschaften schwingen, hangeln, klettern, balancieren, rollen, springen, drehen und stützen.

Ich kann Turngeräte sicher und sachgerecht auf- und abbauen.

Laufen, Springen, Werfen

Ich übe leichtathletische Grundformen:
Zonenweitsprung
Schlagball (80g)
Sprint (30m/50m)

Ich kann längere Strecken ausdauernd laufen. (Schulteilnahme am Lübecker Laufwunder)

Fairplay
Anstrengungsbereitschaft

2

Spielen

Ich kenne die Regeln im Sportunterricht und wende sie an.

Ich kenne vielfältige Grundformen von Sportspielen.

Ich kann miteinander in verschiedenen Mannschaften gegeneinander spielen.

Ich entwickle erste Spieltaktiken und reflektiere diese.

Rollen, Gleiten, Fahren

Ich kann mich vielfältig mit Geräten bewegen.

Ich kann unterschiedliche Geschicklichkeitsübungen bewältigen.

Ich gehe mit den Fahrzeugen aus dem Schuppen sachgerecht und verkehrssicher um.

Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

Ich kann nach Musik mit Handgeräten Bewegungen gestalten.

Ich übe Springseil zu springen.

Ich kann einfache Kintertänze tanzen.

Turnen

Ich kann Rollbewegungen.

Ich kann erste Sprünge am Minitrampolin zeigen.

Ich kann Geräteaufbauten nach Plänen erledigen.

Ringern, Raufen

Ich kann Regeln des Miteinander und Gegeneinander beim Schieben, Ziehen, Rollen und Drehen anwenden.

Ich kann Grenzen und Stoppregeln akzeptieren und gehe respektvoll mit meinem Gegner um.

Laufen, Springen, Werfen

Ich kann leichtathletische Grundformen:
Zonenweitsprung
Schlagball (80g)
Sprint (30m/50m)

Ich kann längere Strecken ausdauernd laufen.
(Schulteilnahme am Laufwunder)



Schwimmen

Ich kann Situationen im und am Wasser angemessen einschätzen und bewältigen.

Ich halte mich an Regeln in der Schwimmhalle.

Ich kenne Möglichkeiten und Gefahren im Wasser.

Ich beherrsche eine Schwimmtechnik sicher in ihrer Grobform und lerne unterschiedliche Schwimmstile kennen.

Ich kann im Wasser schweben, tauchen, gleiten und springen.

Ich kann mich unter Wasser ohne Schwimmbrille orientieren.

Ich beherrsche die Schwimm- und Baderegeln.

Ich kann ausdauernd längere Strecken schwimmen.

Ich kann kurze Strecken im Wasser sprinten.



Ich habe die Möglichkeit, die Schwimmabzeichen Seepferdchen, Bronze, Silber und Gold zu erwerben.

Fairplay
Anstrengungsbereitschaft

4

Spielen

Ich kenne komplexere Spiele und Regeln.

Ich kenne Spielideen der Torwurf-, Torschuss-, Rückschlagspiele.

Schulteilnahme an den Handballtagen

Ich kann kreative und variantenreiche Spielideen entwickeln.

Ich kann mich bei Sportspielen richtig positionieren, anbieten und orientieren.

Rollen, Gleiten, Fahren

Ich kann mich im Straßenverkehrverkehrssicher verhalten.

Ich übe Fahrradfahren für die Fahrradprüfung.

Ich gehe mit den Fahrzeugen aus dem Schuppen sachgerecht um.

Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

Produktive Umsetzung von Rhythmus und Musik in Bewegung: Ich kann einen eigenen Tanz zu Musik erfinden.

Ich kann akrobatische Aufgaben erfüllen und eigene erfinden.

Laufen, Springen, Werfen

Ich kann Staffeln laufen.

Ich kann längere Strecken ausdauernd laufen. (Schulteilnahme am Lübecker Crosslauf/Laufwunder)

Ich kann: Weitsprung vom Absprungbalken, Schlagball (80g/200g), Sprint (50m/75m)

Ich kann Wettkampfformen als Herausforderung annehmen.

Turnen

Ich kann mich an unterschiedlichen Geräten und am Boden gezielt abstützen.

Ich kann vom Sprungbrett/ Minitrampolin abspringen.

Ich kann gemeinsam mit einem Partner eine Akrobatiknummer vorführen.

Ringern, Raufen

Ich kann regelkonform und fair Raufen und Ringen.