

„Laufen, Springen, Werfen“	„Spielen“	„Turnen und andere Bewegungskünste“	“Gymnastisches/ tänzerisches Bewegen”
Langlaufen und Sprint	Handball	Bodenturnen	Schwimmend im Wasser fortbewegen Springen und Orientierungstauchen
-50m Sprint auf Zeit	-Taktik: Personen- und Raumdeckung -Passen vor Dribbeln -Technik: Schlagwurf und Sprungwurf	-Vertiefendes Turnen: -Erarbeitung einer kurzen Boden-Kür (mind. 4 Elemente) -Sprung (Bock, Kasten)	-Rücken- und Brustschwimmen -Ausdauerschwimmen (15 min) -Wasserspringen -Orientierungstauchen -Transportschwimmen -Selbstrettung
2 DS	6 DS	4 DS	16 DS
- laufen eine kurze Strecke in maximalem Tempo. - erproben unterschiedliche Starttechniken.	- wenden grundlegende Techniken des Handballspiels in spielgemäßen Situationen an. - wenden einfache taktische Maßnahmen an. - spielen mannschaftsdienlich. - erkennen einfache taktische und technische Anforderungen eines Sportspieles. - übernehmen Verantwortung für faires Verhalten innerhalb der eigenen Mannschaft. - erkennen den Nutzen von Schiedsrichterentscheidungen und akzeptieren diese.	- verbinden und präsentieren von mindestens drei unterschiedlichen Turnelementen an mindestens zwei Geräten. -erleben die Spannung der Wagnissituation Sprung. - erkennen unterschiedliche Schwierigkeitsgrade von turnerischen Bewegungen. -erkennen und beschreiben die Notwendigkeit von sachgerechten Geräteaufbauten und Gerätesicherungen sowie von Hilfe- und Sicherheitsstellungen.	- demonstrieren das Schwimmen in Brust- und Rückenschwimmtechnik. - schwimmen 15 Minuten ausdauernd. - führen einen Startsprung vom Beckenrand oder Startblock aus. - präsentieren nach vorgegebenen Kriterien zwei unterschiedliche Sprünge vom Startblock oder 1-Meter-Brett. - orientieren sich unter Wasser Und bewegen sich zielgerichtet fort. - transportieren allein und gemeinsam Gegenstände schwimmend durch das Wasser. - wenden grundlegende Fertigkeiten zur Selbstrettung an. - schätzen ihre Schwimmfähigkeit Richtig ein und wechseln bei Bedarf die Lage. - vergleichen die Anforderungen beim Springen oder beim Tauchen. - erkennen Gefahrensituationen und verhalten sich entsprechend.
- vergleichen und reflektieren unterschiedliche Starttechniken.			

Inhalte

Konkretisierung

Inhaltsbezogene Leistungen

Prozessbezogenen Leistungen