



Schulinternes Fach-Curriculum Sport der Paul-Kraemer-Schule

in der Fassung von Januar 2018



Inhalt

ALLGEMEINES ZU ANFANG	3
★ THEORETISCHE GRUNDLAGEN:.....	3
★ ALTERSUNABHÄNGIGES, KOMPETENZORIENTIERTES FACHCURRICULUM FÜR EINEN INKLUSIVEN SPORTUNTERRICHT:	3
★ PÄDAGOGISCHE PERSPEKTIVEN:	4
★ STICHWORTE ZU EINEM GUTEN SPORTUNTERRICHT	4
★ SICHERHEIT IM SCHULSPORT	5
BEREICHE UND SCHWERPUNKTE IN DER ÜBERSICHT	6
BEREICHE, SCHWERPUNKTE, KOMPETENZSTUFEN I – III UND BEISPIELE	8
★ BEREICH A - DEN KÖRPER WAHRNEHMEN UND BEWEGUNGSFÄHIGKEIT AUSPRÄGEN	8
★ BEREICH B - DAS (BEWEGUNGS-)SPIELEN ENTDECKEN UND SPIELRÄUME NUTZEN	13
★ BEREICH D - BEWEGEN IM WASSER - SCHWIMMEN	19
★ BEREICH E - BEWEGEN AN GERÄTEN – TURNEN	23
★ BEREICH F - GESTALTEN, TANZEN, DARSTELLEN – GYMNASTIK/TANZ, BEWEGUNGSKÜNSTE	29
★ BEREICH G - SPIELEN IN UND MIT REGELSTRUKTUREN – SPORTSPIELE	34
★ BEREICH H – GLEITEN, FAHREN, ROLLEN – ROLLSPORT/ BOOTSSPORT/ WINTERSPORT	38
★ BEREICH I - RINGEN UND KÄMPFEN – ZWEIKAMPFSPIEL	41



Allgemeines zu Anfang

★ Theoretische Grundlagen:

- **Lehrplan Sport Grundschule, NRW 2009**
 - Rahmenvorgaben für den Schulsport in NRW 2014
 - „Bayerischer Lehrplan - Sport“
 - Rahmenvorgaben Bewegungserziehung und Sport in der sonderpädagogischen Förderung - Entwurf 2005
-

★ altersunabhängiges, kompetenzorientiertes Fachcurriculum für einen inklusiven Sportunterricht:

- Kompetenzstufen sind fähigkeitsorientiert, damit Fertigkeiten altersunabhängig erreicht werden können.
 - Die Kompetenzerwartungen werden unter Berücksichtigung des Inklusionsanspruchs akzentuiert und umgesetzt.
 - Teilhabe von Menschen mit komplexer Behinderung als durchgängiges Prinzip: Schülerinnen und Schüler mit **komplexer Behinderung** erleben sich und ihren Körper bei allen Sportaktivitäten und beteiligen sich an den Grundtätigkeiten im Rahmen ihrer Möglichkeiten **von passiv bis aktiv**.
(Begriffsdefinierung für den Fachbereich Sport: - Menschen mit komplexer Behinderung sind stark bewegungsbeeinträchtigt, extrem sinnesbeeinträchtigt und stark kognitiv beeinträchtigt.)
 - Visualisierungen und Kommunikationshilfen sind Bestandteil jeden Sportunterrichtes auch um mitplanen und reflektieren zu können.
-



★ **Pädagogische Perspektiven:**

Entwicklung von sportlichem Lernen auf der Basis eigener Vorerfahrungen durch eigenes Handeln zum Sammeln vielfältiger neuer Erfahrungen. Schulsportliche Angebote müssen für die Schülerinnen und Schüler mit Sinn belegt sein.

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen gestalten
- Etwas wagen und verantworten
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

★ **Stichworte zu einem guten Sportunterricht**

- Klare Strukturierung durch roten Faden, Raumregie, Sprache, (visualisierte) Aufgabenstellung, Regeln, Rituale, Konsequenzen
- Hoher Anteil an Bewegungszeit mit einem bewegungsförderlichen Unterrichtsklima
- Emotionalität - Sport macht Spaß
- Soziabilität – Sport geschieht in der Gruppe
- Bewusstes Fördern und Üben (Zielorientierung, Differenzierung)
- Zunehmende Verantwortlichkeit der Schülerinnen und Schüler durch Einbinden in Themenwahl, Zielsetzung, Planung und Gestaltung
- Lernaufgaben (visualisiert) als methodisches Element innerhalb einer grundsätzlichen Methodenvielfalt
- Selbstreflexion der Schülerinnen und Schüler / Schülerfeedback z. B. durch Smilies, Präsentation einer erarbeiteten Fertigkeit/Einheit, Visualisierung schulsportlicher Aufgaben z.B. durch Stationskärtchen, Fotos, Darstellen des individuellen Lernzuwachses
- Klare Leistungserwartung durch klar formulierte Ziele, Verbindlichkeit, Leistungsbeurteilung



★ Sicherheit im Schulsport

Grundlagenliteratur:

Sicherheitsförderung im Schulsport Rechtsgrundlagen Nr. 1033 Ritterbach Verlag

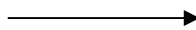
Regeln für die Turnhalle in der Paul-Kraemer-Schule

- **Regeln müssen vor jedem Sportunterricht besprochen werden.**
- **Nur in geeigneter Sportbekleidung turnen, Schmuck ablegen**
- **Die Turnhalle nur mit geeigneten Sportschuhen betreten, niemals auf Socken (Rutschgefahr)**
- **Schülerinnen und Schüler dürfen sich nur unter Aufsicht einer Lehrkraft oder einer beauftragten Person in der Turnhalle aufhalten**
- **Geräte sollen nur von einer Lehrkraft oder einer beauftragten Person aus den Materialräumen geholt und wieder eingeräumt werden (Gefahren für Schülerinnen und Schüler im Materialraum beachten)**

Voraussetzung, um Sportunterricht sicher und ökonomisch zu organisieren:

Erlernen des **Gerätetransportes** und Kennenlernen und Beachten der dazugehörigen **Sicherheitshinweise:**

Kleingerätetransport



Großgerätetransport

Beteiligung von Anfang an am Transport von Matten, Weichbodenmatten, großen und kleinen Kästen und Langbänken - z.B. Gerätepass,
mit zunehmenden Fähigkeiten und Körpergröße Beteiligung am Großgerätetransport.

Regeln fürs Schwimmbad an der Paul-Kraemer-Schule:

- **Allgemeine Baderegeln müssen vor jedem Unterricht besprochen werden (Dokumentation im Klassenbuch ratsam)**
- **Schmuck ablegen**
- **In geeigneter Badebekleidung schwimmen**
- **Vor und nach dem Schwimmen duschen**
- **Vor dem Schwimmen auf Toilette gehen**
- **Im Schwimmbad langsam gehen**
- **Nach dem Schwimmunterricht den Beckenboden nach oben fahren und kontrollieren, ob die Türen geschlossen sind.**



Bereiche und Schwerpunkte in der Übersicht

Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

1. Schwerpunkt: Die Sinne üben und die Bedeutung der Wahrnehmungsfähigkeit für den Bewegungsvollzug erfahren
2. Schwerpunkt: Sich des eigenen Körpers bewusstwerden, seine Dimensionen erfahren, seine Aktionsmöglichkeiten und Grenzen erkunden
3. Schwerpunkt: Den Wechsel von Anspannung und Entspannung erfahren und bewusst herstellen.
4. Schwerpunkt: Die Reaktionen des Körpers in der Bewegung und vor, bei und nach körperlicher Belastung wahrnehmen und deuten
5. Schwerpunkt: Die Veränderbarkeit koordinativer Fähigkeiten und konditioneller Voraussetzungen erfahren und begreifen

Bereich B - Das (Bewegungs-)Spielen entdecken und Spielräume nutzen

1. Schwerpunkt: Spielmöglichkeiten entdecken, Spielideen entwickeln, das Spiel aufrechterhalten und Spielvereinbarungen treffen und einhalten

Bereich C – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

1. Schwerpunkt: Vielfältige Lauferfahrungen erleben, entdecken, ausprägen und anwenden
2. Schwerpunkt: Vielfältige Sprungformen erleben, entdecken, ausprägen und anwenden
3. Schwerpunkt: Vielfältige Wurfarten erleben, entdecken, ausprägen und anwenden
4. Schwerpunkt: Elementare leichtathletische Formen erfahren, lernen, üben und anwenden

Bereich D - Bewegen im Wasser – Schwimmen

1. Schwerpunkt: Sich mit dem Bewegungsraum Wasser vertraut machen/ das Wasser als Spielraum nutzen
2. Schwerpunkt: Vielfältige Sprungmöglichkeiten erfinden und nachvollziehen
3. Schwerpunkt: Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten unter Wasser erfinden und nachvollziehen (Tauchen)
4. Schwerpunkt: Elementare Schwimmtechniken lernen, üben und anwenden

Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

1. Schwerpunkt: Den Körper im Gleichgewicht halten
2. Schwerpunkt: Den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben
3. Schwerpunkt: Körperspannung und Kraft in ihrer Bedeutung für das Gelingen turnerischer Anforderungen erleben und aufbauen



4. Schwerpunkt: Kunststücke erfinden und bewältigen, sich etwas trauen
5. Schwerpunkt: Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren
6. Schwerpunkt: Elementare turnspezifische Bewegungsformen erlernen, üben und anwenden

Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

1. Schwerpunkt: Die Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten – auch mit Handgeräten und Objekten – erfahren, entdecken, erproben und variieren
2. Schwerpunkt: Bewegungskunststücke mit Handgeräten und Objekten erfinden, üben und gestalten
3. Schwerpunkt: Rhythmus, Musik und Bewegung aufeinander beziehen
4. Schwerpunkt: Durch Bewegung etwas mitteilen und darstellen
5. Schwerpunkt: Tänze erlernen und Bewegungsgestaltungen entwickeln, üben und präsentieren

Bereich G - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

1. Schwerpunkt: Spielideen vorgegebener Spiele und ihre grundlegende Spielstruktur erleben, erkennen und nachvollziehen
2. Schwerpunkt: Spielspezifische motorische Fertigkeiten und Voraussetzungen sowie grundlegende taktische Verhaltensweisen erwerben
3. Schwerpunkt: Nach vorgegebenen Regeln spielen können, Spielregeln einhalten und situationsgerecht verändern
4. Schwerpunkt: Grundformen der Sportspiele einschließlich ihrer taktischen Anforderungen und spielspezifischen motorischen Fertigkeiten lernen, üben und anwenden (Mannschaftsspiele wie Fußball, Basketball, Handball, Hockey, aber auch Rückschlagspiele wie Tischtennis, Tennis, Badminton)

Bereich H - Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport

1. Schwerpunkt: Grundlegende Bewegungs- und Fahreigenschaften von verschiedenen Gleit-, Fahr und Rollgeräten kennenlernen, erfahren, erproben und üben
2. Bewegungskönnen im Gleiten, Fahren und Rollen erweitern
3. Gleiten, Fahren, Rollen in natürlicher und gestalteter Umwelt erleben

Bereich I - Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

1. Schwerpunkt: Spielerische Kampfformen kennen lernen und ausführen
2. Schwerpunkt: Kampfformen entwickeln, Regelungen treffen erproben und verändern
3. Schwerpunkt: Elementare technische Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten erlernen, üben und anwenden
4. Schwerpunkt: In Kampfsituationen die Gegnerin bzw. den Gegner als Partnerin bzw. Partner achten



Bereiche, Schwerpunkte, Kompetenzstufen I – III und Beispiele

★ Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen
1. Schwerpunkt: Die Sinne üben und die Bedeutung der Wahrnehmungsfähigkeit für den Bewegungsvollzug erfahren

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler werden bewegt und/oder bewegen sich im Raum und nutzen dabei unterschiedliche Wahrnehmungshilfen	Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich sicher im Raum auch ohne Wahrnehmungshilfen	Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich sicher im Raum auch dann, wenn die akustische und/oder optische Wahrnehmung eingeschränkt oder ausgeschaltet ist
Beispiele zur auditiven Wahrnehmung in Verknüpfung zur Bewegung		
Fortbewegungsarten z.B. vorwärtsgehen bzw. vorwärts bewegt werden während die Lehrperson einen schnellen oder langsamen Takt vorgibt (Handtrommel, Klatschen, Stampfen)	Fortbewegungsarten z.B. vorwärtsgehen bzw. vorwärtsbewegt werden und dabei selbst einen langsamen oder schnellen Takt klatschen / trommeln / stampfen / auf Musik hören und das Bewegungstempo anpassen, (Rollstuhlfahrer z.B. gibt Takt vor, Begleiter passt sich an Vorgabe an)	mit geschlossenen Augen Fortbewegungsarten z.B. vorwärtsgehen bzw. vorwärtsbewegt werden und dabei selbst einen langsamen oder schnellen Takt klatschen / trommeln / stampfen / auf Musik hören und das Bewegungstempo anpassen (Rollstuhlfahrer fährt selbst)
Beispiele zur vestibulären Wahrnehmung in Verknüpfung zur Bewegung		
Balancierübungen z.B. über einen Geräteparcours best. aus Weichbodenmatten, Bänken, Wippe, Turnmatte, Wackelbrett mit Hilfestellung durch LP wie Hand, Stock, Band, Seil (zumindest teilweise rollstuhltauglich aufgebaut – Rollstuhlfahrer balancieren den eigenen Körper aus, erleben sich in anderen Raumlagen z.B. Rampen rauf und runter, über zwei Bänke geschoben werden....)	Balancierübungen z.B. über einen Geräteparcours bestehend aus Weichbodenmatten, Bänken, Wippe, Turnmatte, Wackelbrett ohne Hilfestellung (Rollstuhlfahrer z.B. fahren selbst über eine Wippe, Matte, Bänke)	mit geschlossenen Augen / mit Ohrstöpseln / mit plötzlich auftretenden Störgeräuschen Balancierübungen z.B. über einen Geräteparcours bestehend aus Weichbodenmatten, Bänken, Wippe, Turnmatte, Wackelbrett ohne Hilfestellung (ebenso möglich für Rollstuhlfahrer)



Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

2. Schwerpunkt: Sich des eigenen Körpers bewusstwerden, seine Dimensionen erfahren, seine Aktionsmöglichkeiten und Grenzen erkunden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erfahren die Grenzen ihres Körpers durch Kontakt zu anderen Menschen und Gegenständen in unterschiedlichen Positionen im Raum.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler nehmen die Grenzen und Bewegungsmöglichkeiten wahr und nutzen diese in einfachen Spiel- und Bewegungsformen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler sind sich ihres Körperschemas bewusst und verhalten sich körpergerecht in Ruhe und in Bewegung.</p>
Beispiele		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler werden in unterschiedlichem Tempo durchs Wasser bewegt.• Die Schülerinnen und Schüler werden mit einem Tennisball abgerollt.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler erproben die Bewegungsrichtungen unterschiedlicher Gelenke.• Die Schülerinnen und Schüler schätzen ihre Körperformen ein und vergleichen sie mit ihrer wirklichen Umrisszeichnung.• Die Schülerinnen und Schüler bewegen von einem Partner benannte Körperteile.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler führen unterschiedliche Bewegungen nach rechts oder links aus.• Die Schülerinnen und Schüler erspüren verschiedene funktionell richtige Körperhaltungen im Gehen, Stehen, Sitzen, Knien und Liegen und kennen ihre Bedeutung für den Haltungsaufbau.



Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

3. Schwerpunkt: Den Wechsel von Anspannung und Entspannung erfahren und bewusst herstellen.

Kompetenzstufe I Die Schülerinnen und Schüler erleben in unterschiedlichen liegenden, knienden, sitzenden, stehenden oder hängenden Körperpositionen Situationen der körperlichen Anspannung und Entspannung.	Kompetenzstufe II Die Schülerinnen und Schüler nehmen Anspannung und Entspannung als bewegungsrelevante Größe wahr, stellen sie in vorgegebenen Bewegungssituationen zielgerichtet her und erfahren den Unterschied zu Ruhesituationen.	Kompetenzstufe III Die Schülerinnen und Schüler kennen Anspannung und Entspannung als relevante Größe für Bewegung und Ruhezustände und setzen bekannte (Entspannungs-) Techniken im Sport und im Alltag bewusst ein.
Beispiele		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler nehmen in kurzem Wechsel nacheinander Positionen körperlicher An- und Entspannung ein (z.B. Liegen auf der Weichbodenmatte und sitzen auf dem Gymnastikball).	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler erproben Situationen körperlicher Anspannung in haltenden und bewegten Positionen an Turngeräten.• Die Schülerinnen und Schüler massieren einen Partner/eine Partnerin (ggf. mit Kleingeräten) und werden von ihm/ihr massiert.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler kennen Entspannungstechniken und können ihre Muskulatur während der Ruhesituation gezielt an- und entspannen (z.B. Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson).• Die Schülerinnen und Schüler nehmen Situationen körperlicher Anspannung im Alltag bewusst wahr und können ihre Muskulatur gezielt entspannen.



Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

4. Schwerpunkt: Die Reaktionen des Körpers in der Bewegung und vor, bei und nach körperlicher Belastung wahrnehmen und deuten

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Beispiele		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler spüren ihren Körper in ungewohnten Bewegungssituationen, Geschwindigkeiten, Bewegungsvarianten und Raumlagen Sie erleben Anspannung und Ruhephasen.	<p>Die Schülerinnen und Schüler erfahren die unterschiedlichen Reaktionen des Körpers in verschiedenen Körperpositionen sowie in Ruhe und Bewegung.</p> <ul style="list-style-type: none">• Im Rollstuhl die Raumlage verändern: nach hinten kippen, drehen, tanzen, über Wippe fahren, über Weichboden fahren, Start-/Stopperfahrten,• mit Unterstützung verschiedene Bewegungsrichtungen meistern, Anstiege bewältigen, über diverse Untergründe bewegen, Kletterparcours, etc., erfahren von Zug und Druck, von veränderter Atmung und Körpertemperatur.• Mit Unterstützung und Kommunikationshilfen auf Veränderung des Körpers hinweisen.	<p>Die Schülerinnen und Schüler kennen die Reaktionen von sportlicher Anstrengung auf den Körper sowie den Effekt einer Ruhepause und können Be- und Entlastung dosieren und gezielt einsetzen.</p> <ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler beobachten ihre Atmung, Pulswerte bzw. ihren Herzschlag während unterschiedlicher Bewegungsaufgaben und in Ruhe.• Die Schülerinnen und Schüler erleben Schweiß nach sportlicher Tätigkeit als ein Zeichen körperlicher Anstrengung.• Die Schülerinnen und Schüler fahren mit dem Fahrrad in fünf Minuten eine möglichst lange Strecke in einem möglichst konstanten Tempo.• Die Schülerinnen und Schüler setzen Atmung und körperliche Anstrengung zueinander in Beziehung und nehmen sich bewusste Erholungspausen.



Bereich A - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

5. Schwerpunkt: Die Veränderbarkeit koordinativer Fähigkeiten und konditioneller Voraussetzungen erfahren und begreifen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben sich selber in für sie selbst bislang ungewohnten Körperhaltungen, üben diese und erfahren konditionelle und koordinative Verbesserungen.	Die Schülerinnen und Schüler verbessern durch Üben ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten.	Die Schülerinnen und Schüler kennen elementare Vorgehensweisen zur Verbesserung ihrer koordinativen und konditionellen und wenden diese in der Bewegungshandlung an.
Beispiele		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler trainieren regelmäßig das Stehen im Stehtrainer.• Die Schülerinnen und Schüler sitzen (ggf. mit Unterstützung) auf einem festen (z.B. Stuhl, kleiner Kasten) oder beweglichen (z.B. Gymnastikball) Gegenstand.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler gehen regelmäßig Schwimmen, Radfahren, Laufen, Langlaufen, Rollskifahren, etc.• Die Schülerinnen und Schüler üben einfache Schrittfolgen für Tanz- oder Aerobic-Choreographien.• Die Schülerinnen und Schüler trainieren an Kraftgeräten in einem Fitnessstudio.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler laufen schnell, ausdauernd und koordiniert (Lauf-ABC), machen Lauferfahrungen im Gelände, setzen sich eigene Ziele und überlegen sich Möglichkeiten, diese zu erreichen.• Die Schülerinnen und Schüler überlegen sich einen selbstständig einen Übungszirkel für die Sporthalle.



★ Bereich B - Das (Bewegungs-)Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Bereich B - Das (Bewegungs-)Spielen entdecken und Spielräume nutzen
1. Schwerpunkt: Spielmöglichkeiten entdecken, Spielideen entwickeln, das Spiel aufrechterhalten und Spielvereinbarungen treffen und einhalten

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben mit und ohne Unterstützung natürliche und künstliche Spiel- und Bewegungsräume, erfahren sich in unterschiedlichen Rollen und Aufgaben in Bewegungsspielen und im Umgang mit Spielgeräten. Sie nehmen aktiv an Spielhandlungen teil, mit und ohne Hilfsmittel (z.B. UK-Materialien)	Die Schülerinnen und Schüler lernen Spielhandlungen durch Nachahmung kennen und setzen diesen regeladäquat um. Sie entwickeln eigene Spielmöglichkeiten mit diversen Geräten, Materialien und Spielpartnern. Sie nehmen Spielideen auf, entdecken Spielvarianten und setzen diese experimentell und kreativ um. Sie halten die Spielhandlung über überschaubare Zeiträume aufrecht.	Die Schülerinnen und Schüler erfinden Spiele, stellen die dazu erforderlichen Spielbedingungen her, tauschen sich über Spielideen aus, treffen Vereinbarungen und nehmen ggfs. Spielveränderungen vor. Sie halten die Spiele über vereinbarte Zeiträume aufrecht.

Beispiele

Übernahme einer Spielrolle, die den Spielverlauf bestimmt, z.B. UK-Taste oder Powerlink mit Ventilator oder Kassettenrekorder z.B. für Bewegungsspiele wie Stoptanz, Feuer-Wasser-Sturm, Anschleichspiel, etc. Teilnahme am Bauen mit den Schaumstoffwürfeln (Transport, festhalten)	Kleine Spiele mit einfachem Regelwerk wie Schwänzchen fangen, Plumpssack, Komm mit Lauf weg, etc. Bewegungsgeschichten mit Stationen mit Visualisierungshilfen (auch UK) Bauen mit Loquitomaterialien	Kleine Spiele mit komplizierterem Regelwerk selbst erfinden und der Situation und den Mitspielerinnen und -spielern anpassen, Spiellösungen finden und absprechen, Spielaufgaben wie z.B. Hausbauen mit Schaumstoffwürfeln und weiteren Materialien gemeinsam lösen, Nachlaufspiele erfinden, Regeln aufstellen und ggfs. variieren
--	---	---



★ Bereich C – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Bereich C – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

1. Schwerpunkt: Vielfältige Lauferfahrungen erleben, entdecken, ausprägen und anwenden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben, im Rollstuhl, Stehständer oder andere Gehhilfen, in unterschiedlichen Geschwindigkeiten, unterschiedlichen Laufrichtungen, und Untergründen bewegt zu werden bzw. sich selbständig mit Fortbewegungshilfen zu bewegen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler machen Geh- und Lauferfahrungen mit Hilfsmitteln in verschiedenen Lauf tempi mit Richtungsänderungen auf verschiedenen Untergründen, auch um Hindernisse herum. Sie spüren wie sich ihre Atmung und ihr Herzschlag je nach Lauf tempo verändert.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler laufen selbständig nach vorgegebenen oder selbst gesetzten Laufanforderungen. Sie gestalten ihr Lauf tempo situationsgerecht. Sie erleben die körperlichen Veränderungen (Atmung, Herzschlag) bewusst, erkennen die Zusammenhänge und passen ihr Laufverhalten daran an.</p>
Beispiele für Laufen		
<p>SuS werden im Rollstuhl mit wechselnden Geschwindigkeiten über unterschiedliche Distanzen vorwärtsbewegt oder bewegen sich selbständig vorwärts/rückwärts. Dabei sollten Richtungsänderungen und Gefälle mit einbezogen werden</p>	<p>Gehen/Laufen auf dem Laufband mit der Möglichkeit sich festzuhalten. Eine Schräge runter laufen, ggf. mit Hilfestellung und z.B. mit weicher Matte zum Gegenlaufen. Durchführen von Laufspielen mit Unterstützung auch durch Partner. Hindernislauf Laufen auf verschiedenen Untergründen.</p>	<p>Laufen um und über Hindernisse und unterschiedliche Untergründe auch mit Richtungswechseln. Laufen über unterschiedliche vorgegebene oder selbst gewählte Distanzen – Rundenlaufen, Dauerlauf, Wettlaufen, Staffellauf. Durchführen von Pulsmessungen nach Belastungsphasen.</p>

Bereich C – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

2. Schwerpunkt: Vielfältige Sprungformen erleben, entdecken, ausprägen und anwenden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben Sprünge in unterschiedlichen Bewegungssituationen wie</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler probieren verschiedene Sprünge und Bewegungssituationen wie</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler passen die erlernten Sprungtechniken den vorgegebenen und selbst</p>



<p>weit, hoch, hinüber, herunter springen mit und ohne Unterstützung (Geräte/Hilfsmittel / Personen), Landungen auf unterschiedlichen Untergründen.</p>	<p>weit, hoch, hinüber, herunter springen mit und ohne Hilfestellung und Landungen auf unterschiedlichen Untergründen aus. Sie schätzen Höhen und Weiten in Bezug auf ihre eigene Leistungsfähigkeit ein. Sie entwickeln grundlegende Sprungtechniken wie Springen mit und ohne Anlauf, ein- und beidbeiniger Absprung bzw. sichere Landungen.</p>	<p>gesetzten Sprunganforderungen an und springen zielgerichtet und koordiniert.</p>
<p>Beispiele für den Bereich „Springen“</p>		
<p>SuS werden z.B. auf einem Trampolin in eine Sprungbewegung von unten nach oben gebracht durch Tandemspringen (weitere Möglichkeiten z.B. Tandemspringen vom Kasten in div. Höhen) / Huckepackspringen Einen SuS mit Achselgriff von beiden Seiten aus einer stehenden oder sitzenden Position über ein Hindernis mit einer Schwungbewegung heben und landen lassen.</p>	<p>von Kästen und anderen Geräten in diversen Höhen springen selbst Trampolin springen weit springen in den Sand, auf Niedersprungmatten Springen über Pylonen, Zielspringen in Fahrradmäntel, Gummitwist</p>	<p>Weitsprung, Trampolin Hochsprung</p>



Bereich C – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

3. Schwerpunkt: Vielfältige Wurfarten erleben, entdecken, ausprägen und anwenden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben Werfen passiv und aktiv als eine Handlung, ein Objekt (Gegenstand, Ball, Kugel) mit 1 oder/ und 2 Händen mit Kraft ggf. mit Handführung nach vorne vom eigenen Körper weg zu befördern, zu werfen, zu stoßen. Sie werfen mit unterschiedlichen Wurfobjekten, die sich auch taktil unterscheiden, sie erproben mit und ohne Unterstützung mit Wurfobjekten hoch, weit, auf ein Ziel zu werfen, erproben Wurfarten mit Unterstützung z.B. einhändig, zweihändig, über Kopf werfen, erleben den Unterschied von fallen lassen und werfen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler werfen selbsttätig unterschiedliche Wurfobjekte, erproben verschiedene Wurfarten wie Schleuderwurf, Überkopfwurf, Schlagwurf, unterscheiden und erproben hoch und weit zu werfen, Zielwerfen mit Einüben von geradeaus Werfen. Sie werden sich bewusst, dass unterschiedliche Wurfobjekte verschiedene Fluggeschwindigkeiten, Größe und Gewicht haben und dadurch unterschiedlich hoch/ weit geworfen werden können. Sie werden sich bewusst, womit und wie sie z.B. am weitesten werfen können als Vorbereitung für Weitwurf.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler wenden situationsangemessen verschiedene Wurfarten (Druckwurf, Schlagwurf, Überkopfwurf, Schleuderwurf, Schockwurf) an und werfen koordiniert mit unterschiedlichen Wurfobjekten, die sich in ihrer Fluggeschwindigkeit, Größe und Gewicht unterscheiden und Beschreiben ihre Wurferfahrungen.</p>
Beispiele für Werfen		
<p>Mit verschiedenen Wurfobjekten, auch Alltagsmaterialien mit und ohne Hand-/ Armführung werfen ausprobieren, fallenlassen und werfen u.a. durch Nachahmung, geführte Bewegungen unterscheiden, auf Zuruf mit Werfen reagieren.</p>	<p>Mit verschiedenen Wurfarten und unterschiedlichen Wurfobjekten z.B. auf feste und bewegliche Ziele werfen, durch und über ein Hindernis werfen, hoch und weit werfen, werfen in Zonen</p>	<p>Wurfarten üben, voneinander unterscheiden z.B. Schwere Objekte stoßen, Bälle in verschiedenen Techniken werfen, in Zonen werfen, in Wurf Wettbewerben und Spielen verschiedene Wurfarten gezielt auswählen und gezielt anwenden</p>



Bereich C – Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

4. Schwerpunkt: Elementare leichtathletische Formen erfahren, lernen, üben und anwenden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler führen einfache leichtathletische Bewegungsformen ansatzweise in ihrer Grobform beim Laufen, Springen, Werfen mit personeller und medialer Hilfestellung aus.</p> <p>Sie erleben sich und andere in ihren individuellen Leistungen in der Gruppe.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre bisherigen Lauf-, Sprung- und Wurferfahrungen.</p> <p>Sie erlernen leichtathletische Bewegungsformen durch allgemein gültige Techniken in der Grobform.</p> <p>Sie erleben ihren individuellen Lernzuwachs, erfahren ihre Leistungsmöglichkeiten und –grenzen.</p> <p>Sie vergleichen ihre Leistungen in selbst gesetzte und vorgegebene Bewegungsanforderungen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler beherrschen leichtathletische Bewegungsformen in Grobform und erweitern ihr Bewegungsrepertoire.</p> <p>Sie erfüllen vorgegebene Leistungsanforderungen, erkennen und beschreiben (auch mit UK Mitteln) den Zusammenhang von Übung und Leistungsverbesserung.</p> <p>Sie erkennen Probleme bei Leistungsvergleichen und entwickeln im Ansatz Lösungsvorschläge.</p>
<p>Für alle gilt: Die Schülerinnen und Schüler verbessern ihre konditionellen und koordinativen Fähigkeiten im Rahmen ihrer physischen Möglichkeiten.</p>		
<p style="text-align: center;">Beispiele</p>		
<p>Über Seil werfen mit und ohne Unterstützung/ Handführung und Entfernung nach und nach vergrößern</p> <p>Auch mit Rollator/ Rollstuhl eine festgesetzte Strecke/ Runde bewältigen, ggf. selbst Strecke u.a. mit UK Mitteln angeben.</p> <p>Einsatz Sprungbrett für intensives Erleben der Flugphase beim Springen mit Hilfestellungen.</p>	<p>Leichtathletische Bewegungsformen Laufen, Springen, Werfen miteinander verbinden z.B. Laufstaffel mit Sprung- und/ oder Wurfaufgaben.</p> <p>Bewusste Anpassung der körperlichen Belastung beim Laufen über längeren Zeitraum, gleichmäßiges Laufen, zunehmende Verlängerung der Laufzeitphase, eine (selbst) vorgegebene Zeit möglichst genau laufen</p> <p>Zonenspringen, mit Anlauf springen, auf Entfernung zum</p>	<p>Regelgeleitetes leichtathletisches Wettkämpfen kenne lernen und mitgestalten, auch Kombination verschiedener Disziplinen z.B. Biathlon.</p> <p>Lauftempo gleichmäßig an vorgegebene Laufstrecken anpassen und bewusst auf Atmung achten, Pulsmessung.</p> <p>Mit angemessenem Anlauf springen, Anlauftempo steigern beim Weitsprung, synchron springen</p>



	<p>Absprung achten.</p> <p>hoch hängende Gegenstände mit ein- oder/ und beidbeinigem Absprung berühren, Hochsprung über Baustellenband, Einsatz Sprungbrett für intensives Erleben der Flugphase</p> <p>Zonenwerfen</p> <p>Teilnahme an Wettkämpfen, die an den besonderen Fähigkeiten der Schülerinnen und Schüler orientiert sind.</p>	<p>Hochsprung mit Latte</p> <p>Teilnahme an athletischen Wettkämpfen</p>
<p>Für alle gilt: Startsignal erkennen und entsprechend mit und ohne Hilfe reagieren</p>		



★ Bereich D - Bewegen im Wasser - Schwimmen

Bereich D - Bewegen im Wasser – Schwimmen
1. Schwerpunkt: Sich mit dem Bewegungsraum Wasser vertraut machen/ das Wasser als Spielraum nutzen (Wassergewöhnung)

Alle SuS erleben aktiv und passiv die spezifischen Eigenschaften und Wirkungen des Wassers wie Druck, Kältereiz, Auftrieb, Widerstand in Wechselbeziehung zum eigenen Körper, erschließen sich spielerisch die Erfahrungswelt Wasser, nutzen dessen Eigenschaften für ihre eigene Körperwahrnehmung, beziehen diese auf ihre Bewegungen im Wasser und entwickeln ein Gefühl/ Bewusstsein für Gefahren im Wasser

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler bauen ihre Angst vor Wasser in einer Eins – zu – Eins Betreuung spielerisch ab, nehmen den Widerstand des Wassers wahr, spüren Auftrieb des Wassers, indem sie sich mit und ohne Schwimmhilfen in Rückenlage aufs Wasser legen, bringen sich selbst aus dem Stand in Rücken, erleben Gleiten und sich wieder Aufrichten mit Kopfsteuerung nach vorne, sie spüren den Auftrieb des Wassers, Antrieb u.a. mit eigenen Bewegungen, auch leichte, allein schon durch Handbewegungen,</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler übertragen Bewegungsformen des Landes auf Wasser in verschiedenen Wassertiefen, nehmen in der Fortbewegung den Widerstand des Wassers bewusst wahr, spüren in Rücken- und Bauchlage mit und ohne Hilfsmittel den Auftrieb des Wassers, legen sich aus dem Stand selbst in Rücken- und Bauchlage aufs Wasser und stellen sich selbstständig wieder hin. Sie nehmen bewusst wahr, dass ihr Kopf die Bewegung u.a. des Aufrichtens steuert. Sie atmen ins Wasser aus, sie bewegen sich individuell durchs Wasser mit und ohne Bodenkontakt, mit und ohne Hilfen, sie schweben und gleiten angstfrei im Wasser.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler wissen, dass Wasser sie trägt, wenn sie sich in Bauch- und Rückenlage aufs Wasser legen, sie gleiten angstfrei durchs Wasser und nutzen das Gleiten, um sich u.a. auszuruhen. Sie gleiten mit Abstoßen mehrere Meter weit und nutzen dabei ihre Stoßkraft. Sie nutzen alle Bewegungsmöglichkeiten vom Land auch im Wasser, kombinieren diese in neuen Bewegungsmöglichkeiten im Element Wasser unter Beachtung von Auftrieb und Widerstand, sie kennen die Gefahren im Wasser und übertragen diese auf ihr Verhalten. Ausatmung ins Wasser beachten.</p>

Beispiele für Wassergewöhnung

<p>Sich mit und ohne Unterstützung am Rand fortbewegen, sich in Rückenlage treiben/ ziehen lassen, selbst auch kleine Bewegungen mit Händen und Füßen zur individuellen Fortbewegung ausprobieren, erleben, dass der Kopf die</p>	<p>Verschiedene Möglichkeiten des Bewegens im Wasser in unterschiedlichen Wassertiefen z.B. Ameisenlaufen in niedriger Wassertiefe, ausprobieren, ausatmen ins Wasser einüben, erfinden und</p>	<p>Sich aufs Wasser legen und gleiten und den statischen und dynamischen Auftrieb erleben und nutzen, Spielen auch mit Schwimmbrettern, Kunststücke im Wasser erfinden, nachgestalten, vorstellen z.B. Seestern, Qualle, Hockschwebe</p>
---	---	--



Richtung auch des Hinstellens bestimmt, Spiel mit verschiedenen Materialien im Wasser in Einzelförderung.	erproben eigene Bewegungsformen, vollziehen vorgegebene Bewegungsformen nach, sich aufs Wasser legen, gleiten, schweben z.B. Hockschwebe mit und ohne Schwimmhilfe, Spielen im Wasser mit verschiedenen Materialien, die schwimmen und sinken.	
---	--	--

Bereich D - Bewegen im Wasser – Schwimmen

2. Schwerpunkt: Vielfältige Sprungmöglichkeiten erfinden und nachvollziehen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler lassen sich ins Wasser plumpsen bzw. plumpsen mit jemandem in Körperkontakt zusammen ins Wasser.</p> <p>Sie bringen den Mut auf, sich etwas zuzutrauen und nutzen dabei die Hilfen z.B. mit einer Person zusammen, mit Schwimmhilfe bei Bewegungseinschränkungen</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler lassen sich aus verschiedenen Positionen ins Wasser plumpsen, springen fußwärts/ kopfwärts ins Wasser und beachten dabei die Wassertiefe. Sie wissen, dass das Wasser für Sprünge tief genug sein muss. Sie trauen sich selbst etwas zu unter Beachtung sicherheitsgerechten Verhaltens. Sie probieren verschiedene Möglichkeiten des Springens aus. Sie entwickeln ein Gefühl für ihren Mut, Unsicherheit und Angst bei Sprungübungen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler kennen Sprungregeln und wenden sie an. Sie beherrschen Kopf- und Fußsprünge, auch unter Beachtung der Sprungregeln, aber auch äußerer Bedingungen wie Wassertiefe, Hindernisse im Wasser. Sie erlernen den Startsprung vom Beckenrand, Startblock, ggf. Sprungbrett</p> <p>Sie kombinieren Sprünge mit anderen Bewegungsformen im Wasser.</p> <p>Sie schätzen ihren eigenen Mut, Unsicherheiten, Ängste für ein sicherheitsgerechtes Verhalten beim Springen adäquat ein.</p>

Beispiele für Sprungmöglichkeiten

Sich von einer Matte ins Wasser plumpsen lassen, sich dabei auffangen lassen, ins Wasser geworfen werden als Mutprobe	Aus dem Sitz ins Wasser plumpsen, Hocksprung, Fußsprünge von Matten, vom Beckenrand, von Erhöhungen, Sprünge im und ins Wasser ausprobieren und dabei auf die Wassertiefe achten	Sie erfinden Sprünge aus unterschiedlichen Höhen/ aus verschiedenen Positionen im und ins Wasser. Sie vollziehen Sprünge nach. Sprünge mit Zusatz- und Kombinationsaufgaben durchführen z.B. Fußsprung aus dem Stand und dann wenige Meter weit tauchen
---	--	---



Bereich D - Bewegen im Wasser – Schwimmen

3. Schwerpunkt: Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten unter Wasser erfinden und nachvollziehen (Tauchen)

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler trauen sich zu, ihren Kopf aufs Wasser zu legen, mit und ohne Hilfe unterschiedlich tief einzutauchen. Einüben der Atmung beim Eintauchen (Ausatmen). Spüren, dass Eintauchen ohne Ausatmung schwierig ist durch Auftrieb.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler lernen Tauchregeln kennen, trauen sich mit dem Kopf einzutauchen ohne Nase zuhalten, sie orientieren sich unter Wasser mit geöffneten Augen, wagen Bewegungen unter Wasser, holen einen Gegenstand aus schulertiefem Wasser unter Beachtung der Ausatmung, unterscheiden und erleben Tief- und Streckentauchen in ihrer individuellen Fortbewegung mit Arm- und Beinzug,</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler kennen die Tauchregeln und wenden sie auf vorgegebene Tauchaufgaben an, sie orientieren sich unter Wasser mit geöffneten Augen und holen einen Gegenstand mit den Händen aus tieferem Wasser als Schulterhöhe hoch. Sie unterscheiden kopf- und fußwärts eintauchen und wenden es an. Sie beherrschen die Ausatmung beim Tieftauchen mit Druckausgleich, schätzen Wassertiefe korrekt ein, achten auf die Atmung beim Streckentauchen, sie verbessern ihre Tauchstrecke</p>
Beispiele für Tauchen		
<p>Spielerisch Kopf aufs Wasser legen, Nase das Wasser berühren lassen, Tandem eintauchen in unterschiedliche Tiefen, mit und ohne Hilfe sich auf den Beckenboden setzen (auf Wassertiefe achten)</p>	<p>Bekannte Bewegungen unter Wasser ausprobieren, nachvollziehen z.B. sich auf den Beckenboden setzen, legen, sich unter Wasser drehen, verschiedenen Tauchmaterialien erproben und hochholen, Tauchregeln bei Tief- und Streckentauchen mit Hilfestellung beachten, Tauchspiele z.B. durch Ringe, Beine durchtauchen, unter Matte durchtauchen</p>	<p>Spiele zum Streckentauchen u.a. vorgegebene Tauchstrecke mit Hindernissen durchtauchen, Tauchfähigkeiten erweitern u.a. Distanzen/ Tiefen steigern, unterschiedlich schwere Gegenstände aus unterschiedlicher Wassertiefe hochholen, kopf- und fußwärts eintauchen und mit Bewegungen unter Wasser kombinieren.</p>



Bereich D - Bewegen im Wasser – Schwimmen

4. Schwerpunkt: Elementare Schwimmtechniken lernen, üben und anwenden

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe II
<p>Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich mit ihren individuellen Möglichkeiten ohne Schwimmhilfen. Sie finden funktionelle Bewegungsabläufe, um sich über Wasser zu halten und sich ohne Bodenkontakt fortzubewegen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler schwimmen mind. 25 m ohne Unterbrechung in individuellem Schwimmstil oder mit ausgewählter Schwimmtechnik in Grobform, sie erlernen Arm- und Brustbeinschlag beim Brustschwimmen, unterscheiden davon Kraulbeinschlag und Rückenschwimmen, erlernen diese Stile in Grobform. Die Koordination von Armzug und Beinschlag gelingt individuell.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler kennen und nutzen die Auswirkungen des Übens auf die Verbesserung der Bewegungsqualität bei ihrem Schwimmstil, sie verbessern ihre Schwimmtechnik bzw. Bewegungsqualität beim Brustschwimmen, Kraulen und Rückenschwimmen.</p>
Beispiele elementare Schwimmtechniken		
<p>Rückenlage nur mit Hand- und Armbewegung bzw. nur mit Beinbewegung zur Fortbewegung einüben. Einüben des Brustarmzugs mit Schwimmhilfen, ebenso des Beinschlags bzw. des Kraulbeinschlags. Spiele zur Bewegung ohne Hilfsmittel im Wasser und ohne Bodenkontakt.</p>	<p>Grobform einer Gleichschlag- (Brustschwimmen) und/ oder Wechselschlagtechnik (Kraulen) erlernen in spielerischen Übungen, aber auch mit Übungen im Trockenen, am Beckenrand, im Wasser. Seepferdchen erwerben.</p>	<p>Verbesserung des Schwimmstils durch regelmäßiges Üben, ausdauerndes Schwimmen, schnelles Schwimmen üben und dabei Übungserfolge, Leistungsmöglichkeiten und –grenzen erfahren. Einfache Formen von Startsprüngen und Wendens erlernen. Bronzeabzeichen</p>



★ Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

1. Schwerpunkt: Den Körper im Gleichgewicht halten

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben sich in bestimmten Raumlagen auf Geräten, erfahren Instabilität und reagieren darauf. Sie nutzen aktiv Geräte zum Balancieren. Sie lernen Gefahren der Geräte kennen bzw. erfahren sie in geschütztem Rahmen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler nutzen aktiv Geräte zum Balancieren in unterschiedlichen Richtungen. Sie erleben sich in spielerischen Themenwelten. Sie lernen Gefahren der bekannten Geräte für sich einzuschätzen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler bewältigen Balancieraufgaben mit komplexen Anforderungen. Sie planen gemeinsam mögliche Balancierparcours. Sie geben anderen angemessene Hilfestellung.</p>

Beispiele

<p>Lagerung auf Geräten wie Bank, Schaukelbrett, Kasten mit Unterstützung und Impulsgebung zur Lageveränderung, Balanciert werden mit Rollstuhl oder Rollbrett über erhöhte und schräge bzw. instabile Untergründe, Balancieren mit und ohne Unterstützung, mit und ohne Zuhilfenahme der Arme über verschiedene Geräte wie Seile, Wackelbrett, Reifen, Bänke, Matten, diverser Höhen, Breiten und Neigungen mit stabilen und instabilen Elementen</p>	<p>Balancieren mit und ohne Unterstützung über verschiedene Geräte wie Seile, Wackelbrett, Reifen, Bänke, Matten, diverser Höhen, Breiten und Neigungen mit stabilen und instabilen Elementen, balancieren in unterschiedlichen Bewegungsrichtungen und –arten, mit Partnerinnen und Partner, in einer Gruppe sowie mit Zusatzaufgaben z.B. Transportaufgaben. Balancieren auf dem Barren mit gleich gestellten Holmen.</p>	<p>Balancierparcours mit unterschiedlichen Themen und Anforderungen. Baukastensystem zur Planung von Parcours</p>
--	---	---



Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

2. Schwerpunkt: Den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben ungewohnte räumliche und gerätespezifische Bewegungserfahrungen, sie reagieren darauf, sie lassen sich auf neue Bewegungserfahrungen ein. Sie erlernen Grundregeln für die Sicherheit bei den Bewegungsausführungen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler nutzen vorgegebene Parcours, probieren aus, welche Roll-, Dreh- und Flugmöglichkeiten es an bestimmten Geräten gibt und erweitern ihr Bewegungsrepertoire im Bereich Fliegen, Drehen und Rollen. Sie setzen sich mit den Gefahren der Bewegungen an den Geräten auseinander und beachten Sicherheitsregeln.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler bewältigen ungewohnte räumliche und gerätespezifische Bewegungsanforderungen im Fliegen, Drehen und Rollen. Sie schätzen sich und ihre Fähigkeiten in Bezug auf diese Bewegungsanforderungen angemessen ein. Sie planen gemeinsam mögliche Parcours im Bereich Fliegen, Drehen und Rollen. Sie geben anderen angemessene Hilfestellung und können auf deren spezielle Bewegungsfähigkeiten eingehen.</p>
Beispiele		
<p>In verschiedenen Geräten gedreht und geschaukelt werden (Loquito, Karussell), an verschiedenen Geräten sitzend, liegend, hängend, stützend schaukeln und schwingen, auf unterschiedlichen Flächen über die Körperlängs- oder Querachse drehen und rollen bzw. gedreht und gerollt werden, von verschiedenen Geräten runterspringen, das Gefühl des Fliegens und Landens erleben, sicher fliegen und landen, Absprunghilfen erleben wie Sprungbrett, Minitrampolin, mit Absprunghilfen in die Höhe, die Weite oder auf etwas springen (komplex bewegungseingeschränkte SuS erfahren diese Bewegungsabläufe auch im Rollstuhl bzw. getragen in Decken, speziellen Schaukeln,</p>	<p>An verschiedenen Geräten sitzend, liegend, hängend, stützend schaukeln und schwingen, auf unterschiedlichen Flächen über die Körperlängs- oder Querachse drehen und rollen bzw. gedreht und gerollt werden, von verschiedenen Geräten runterspringen, das Gefühl des Fliegens und Landens erleben, sicher fliegen und landen, mit Absprunghilfen in die Höhe, die Weite oder auf etwas springen, unterschiedliche Stationen und Spiele zu den Bereichen Fliegen, Drehen und Rollen wie Drehscheibe, Mattenbahn, schräge Hügel und Abhänge, Mattenberge, Hindernisspringen, Sprünge weit und tief hinab, etc.</p>	<p>Planung und Beteiligung an der Planung von Parcours, Entwickeln von Stationen in Partner- oder Kleingruppenarbeit, auch unter Einbeziehung komplex behinderter Mitschülerinnen und -schüler</p>



Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

3. Schwerpunkt: Körperspannung und Kraft in ihrer Bedeutung für das Gelingen turnerischer Anforderungen erleben und aufbauen.

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben ihren Körper in Anspannung und Entspannung, sie erproben ihre Körperspannung und Kraft beim Erlernen turnerischer Bewegungen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler entwickeln ihre Körperspannung und Kraft beim Erlernen turnerischer Bewegungen und werden sich darüber bewusst, dass sie für bestimmte Bewegungsaufgaben Körperspannung und Kraft benötigen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler nutzen Körperspannung und Kraft zielgerichtet für das Erlernen turnerischer Bewegungen und das Bewältigen turnerischer Bewegungsanforderungen. Sie schätzen das jeweils benötigte Maß an Spannung und Kraft angemessen ein, beobachten Körperspannung und Kraft bei anderen und können mit anderen gemeinsam Übungen zu diesem Bereich verantwortungsvoll durchführen.</p>
Beispiele		
<p>Getragenwerden von mehreren anderen z.B. in Decken, Tüchern als „Baumstamm“ oder „weiches Kissen“, Partnerübungen zum Aufbau von Körperspannung wie Handauflegen, Tuchdrücken, Denkmal, Baumstamm rollen, Brett anheben, Einfrieren, Mühle</p>	<p>Absprünge, Stände, Landungen, Auf- und Umschwünge, Baumstamm rollen über unterschiedliche Untergründe oder Geräte wie Bank, Kasten, Erklimmen und erklettern verschiedener Geräte, Hangeln von einem zum anderen Gerät, Stützübungen und einfache akrobatische Aufgaben</p>	<p>Übungen in der Gruppe, auch Vertrauensübungen, bei denen sich verständigt werden und Verantwortung getragen werden muss, z.B. Partnerübungen wie Vase, Fächer, Stuhl, Schubkarre, Brücke aus dem eigenen Körper, Gruppenübungen wie Transport, Förderband, Kreisbalance, Pendel, Akrobatikübungen, Übungen mit unterschiedlichen Geräten</p>



Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

4. Schwerpunkt: Kunststücke erfinden und bewältigen, sich etwas trauen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler probieren einfache Bewegungskunststücke mit vorgegebenen Materialien bzw. an vorgegebenen Geräten aus und führen sie anderen vor. Sie wählen aus, was sie vorführen wollen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erfinden und erproben Bewegungskunststücke und führen sie anderen vor, sie entwickeln eigene Ideen, beachten Umgangsregeln mit Materialien und Geräten und entwickeln dabei Sicherheitsbewusstsein. Sie üben Maßnahmen zum Sichern und Helfen ein.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler bewältigen und variieren selbst gefundene und vorgegebene Bewegungskunststücke, verbessern die Bewegungsqualität durch Üben und zeigen beim Präsentieren Selbstvertrauen. Sie kooperieren in der Gruppe und tragen Verantwortung füreinander. Sie kennen erforderliche Maßnahmen beim Sichern und Helfen und wenden sie an.</p>
<p>Beispiele zu Kunststücken aus den Schwerpunkten 1. bis 3.</p>		
<p>anhand von Stationskarten z.B. zum Thema Zirkus einfache Kunststücke wie Seiltanz (z.B. erhöhte Bank), Pferdepaar (z.B. Hindernislauf zu zweit), Artisten (z.B. Kletterwand, Bänke), Clownnummer (z.B. schräge Ebene), meist als Einzel- oder Partnerübungen mit Unterstützung und Hilfestellung von Lehrpersonal Einbindung von SuS mit komplexer Behinderung entsprechend der Schwerpunkte 1. bis 3.</p>	<p>anhand von Stationskarten z.B. zum Thema Zirkus Kunststücke mit höheren Anforderungen an die Vielfalt von Geräten, Materialien und Turnmöglichkeiten vorgeben mit Arbeitsaufträgen z.B. zum Verändern und Erweitern der Übungen, auch in Kleingruppen mit Hilfestellungsübungen untereinander Einbindung von SuS mit komplexer Behinderung entsprechend der Schwerpunkte 1. bis 3.</p>	<p>Entwickeln einer Zirkusvorführung in möglichst selbstständiger Planung und Ausführung Akrobatik in der Gruppe mit Einbindung z.B. von Rollstuhl-SuS als Stützakrobaten</p>



Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen

5. Schwerpunkt: Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler nutzen vorgegebene verschiedene Gerätekombinationen für vielfältiges Bewegen bzw. als unterschiedliche Bewegungserfahrungen, lernen Regeln im Umgang mit diesen Gerätekombinationen</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler nutzen verschiedene Gerätekombinationen für vielfältiges Bewegen bzw. als unterschiedliche Bewegungserfahrungen, bauen gemeinsam Gerätekombinationen auf, kennen notwendige Sicherheitsaspekte und beachten Regeln im Umgang mit den Geräten</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erstellen für unterschiedliche Bewegungsabsichten angemessene Bewegungslandschaften, kennen und berücksichtigen die notwendigen Sicherheitsaspekte</p>
Beispiele		
<p>vorgegebene einfache Geräteparcours aus den Schwerpunkten 1. bis 3. zu unterschiedlichen Themen z.B. klettern, schaukeln wie die Affen mit Geräten, die die Schüler selbst und mit Unterstützung transportieren bzw. aufbauen können, Fotografien zur Visualisierung und Reflexion</p>	<p>Gerätekombinationen mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden, die zu unterschiedlichen Bewegungsmöglichkeiten auffordern, z.B. zum Thema Abenteuerland, Piraten, Bergsteiger Markierung von Schwierigkeitsgraden mit Farbpunkten Visualisierung von Regeln und Sicherheitsaspekten</p>	<p>Gerätekombinationen selbst erstellen in Kleingruppen, Themen bzw. Bewegungsabsichten gemeinsam planen, Modellkasten, Fotos, Bildkarten zu den einzelnen Stationen, Geräteaufbau- und Abbau zunehmend selbstständig, Hilfestellung zunehmend selbstständig</p>



Bereich E - Bewegen an Geräten – Turnen		
6. Schwerpunkt: Elementare turnerspezifische Bewegungsformen erlernen, üben und anwenden.		
Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>siehe Vorübungen zu Bewegungsformen aus den Schwerpunkten 1. bis 3.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler führen einfache turnerische Bewegungsformen aus sie beachten die Sicherheitsaspekte und lernen Hilfestellungen kennen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler beherrschen turnerische Bewegungsfertigkeiten (in ihrer Grobform) und erweitern ihr Bewegungsrepertoire Sie kennen und nutzen die Auswirkungen des Übens auf die Verbesserung der Bewegungsqualität Sie können Hilfestellungen geben.</p>
Beispiele		
<p>siehe Vorübungen zu Bewegungsformen aus den Schwerpunkten 1. bis 3.</p>	<p>Grund- und Grobformen zu: turnerischen Rollbewegungen (z.B. Rolle vorwärts, rückwärts) turnerischen Stützbewegungen vorwärts und rückwärts (z.B. Brücke, Staubsaugerspiel, Spinnenfußball, Liegestütz bis zum Handstand oder Grobform Radschlag) und schwingend (z.B. Reck, Barren) turnerischen Schwungbewegungen an Ringen, Reck, Barren schaukeln und schwingen z.B. an Tauen und Ringen turnerischen Stütz- und Niedersprünge an Sprunggeräten</p>	<p>turnerische Rollbewegungen (z.B. Rolle vorwärts, rückwärts, auch auf Geräten wie Bank) turnerischen Stützbewegungen vorwärts und rückwärts (z.B. Brücke, Staubsaugerspiel, Spinnenfußball, Liegestütz bis zum Handstand oder Radschlag) und schwingend (z.B. Reck, Barren) turnerischen Schwungbewegungen an Ringen, Reck, Barren schaukeln und schwingen z.B. an Tauen und Ringen turnerischen Stütz- und Niedersprünge an Sprunggeräten</p>



★ Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Kreatives Bewegungshandeln als Entfaltungsfeld für beide Geschlechter – erleben, sich ausdrücken, wahrnehmen, bewegen, sozial miteinander umgehen

**Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
1. Schwerpunkt: Die Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten – auch mit Handgeräten und Objekten – erfahren, entdecken, erproben und variieren**

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erfahren, erleben, entdecken und erproben vielfältige Bewegungsformen – auch mit Handgeräten und Objekten	Die Schülerinnen und Schüler entdecken und erproben weitere Bewegungsformen – auch mit Handgeräten und Objekten – und führen diese strukturgerecht aus	Die Schülerinnen und Schüler erweitern und verbessern ihr Repertoire an Bewegungsformen, kombinieren und variieren diese
Beispiele		
Erfahren und erleben aktiv und passiv (z.B. im Rollstuhl) unterschiedliche Fortbewegungsarten Raumdimensionen, Bewegungsrichtungen, Raumwege, Unterschiede in Dynamik und Tempi mit anderen gemeinsam, erproben diese und verbinden sie miteinander Bewegungsmöglichkeiten im Rolli, z.B. schnell, langsam, im Rolli nach hinten gekippt, getragen in einer Decke, etc. (möglich wären hier auch UK-Hilfsmittel, um Anweisungen geben zu können) Bewegungs- und Hantiermöglichkeiten mit Reifen, Bändern, Stöcken, Seilchen.... Alltagsmaterialien	mit den selben Materialien und Bewegungsarten neue Formen, Kombinationen und Variationen mit und ohne Anleitung ausführen und neues ausprobieren	geplant mit den Bewegungsarten, den Raumdimensionen, Bewegungsrichtungen, Unterschieden in Dynamik und Tempi mit und ohne kleinen Handgeräten und Objekten Bewegungsmöglichkeiten erproben, kombinieren und ausführen. Mit anderen gemeinsam in eine Bewegungshandlung kommen



**Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
2. Schwerpunkt: Bewegungskunststücke mit Handgeräten und Objekten erfinden, üben und gestalten**

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erproben und üben kleine Bewegungskunststücke und zeigen sie	Die Schülerinnen und Schüler erfinden, erproben und üben kleine Bewegungskunststücke gemeinsam mit Partnern oder in der Kleingruppe und führen sie anderen vor	Die Schülerinnen und Schüler üben selbst erfundene und vorgegebene anspruchsvollere Bewegungskunststücke, verbessern die Bewegungsqualität und gestalten Präsentationen in Einzel- als auch Gruppenvorführungen.

Beispiele

bisher gelernte bzw. erfahrene Bewegungsmöglichkeiten zu individuellen Kunststücken entwickeln, ausformen und üben Schwierigkeitsgrade ausprobieren und auswählen, was gezeigt werden soll UK-Hilfsmittel, Visualisierungen, gemeinsam entwickelte Fotopläne	gemeinsam mit Partnern oder innerhalb einer Kleingruppe bisher gelernte bzw. erfahrene Bewegungsmöglichkeiten zu individuellen Kunststücken entwickeln, ausformen und üben Schwierigkeitsgrade ausprobieren und auswählen, was gezeigt werden soll UK-Hilfsmittel, Visualisierungen, gemeinsam entwickelte Fotopläne	Selbstbestimmung von Schwierigkeitsgraden, eigene Planungen z.B. Zirkus-Jonglage, geplante Vorführungen auch vor anderem Publikum
--	--	---



Bereich F: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

3. Schwerpunkt: Rhythmus, Musik und Bewegung aufeinander beziehen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben aktiv und passiv Bewegungsformen in Anpassung zu einer vorgegebenen Musik/ einem vorgegebenen Rhythmus	Die Schülerinnen und Schüler passen ihre Bewegungen einer vorgegebenen Musik/ einem vorgegebenen Rhythmus an.	Die Schülerinnen und Schüler können vorgegebene Rhythmen und rhythmische Strukturen von Musik wahrnehmen und ihr Bewegungsverhalten gestalterisch darauf beziehen.
Beispiele		
Bewegungsspiele zu Musik bzw. Rhythmen (Trommeln, etc.) mit unterschiedlichen Tempi und Dynamik z.B. Lauf- und Stoppspiele zu Musik, Rhythmen und Musik mit Körperinstrumenten mit und ohne Bewegung	Bewegungen zu unterschiedlichen Musikarten und Rhythmen, kleine Tänze frei und gelenkt in der Gruppe Rollenverteilungen – vormachen, nachmachen	zu unterschiedlichen musikalischen oder rhythmischen Themen geplante Bewegungen zu unterschiedlichen Musikarten und Rhythmen strukturiert und rhythmisch angepasst ausführen und üben, eigene Rhythmen erzeugen und sich dazu bewegen, rhythmische Struktur in Bewegung umsetzen, eigene Bewegungsformen in Kombination mit Körper- und Klanginstrumenten verwirklichen



Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
4. Schwerpunkt: Durch Bewegung etwas mitteilen und darstellen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erproben Möglichkeiten, durch Bewegung oder eine bestimmte Darstellung eine erdachte Situation, ein Gefühl oder eine Stimmung anderen zu zeigen.	Die Schülerinnen und Schüler stellen mit Bewegung Alltagssituationen, Rollen, Gefühle und Stimmungen dar.	Die Schülerinnen und Schüler verbessern ihre pantomimischen und szenischen Darstellungsmöglichkeiten und gestalten Präsentationen.
Beispiele		
Stand- und Bewegungsspiele zu Gefühlen, Ratespiele, kleine Pantomimespiele Kinderlieder, Gedichte und kleine Texte in Handlung umsetzen mit Unterstützung von Musik, Fotos, Bildern, Stationen, etc. Vorgegebenes Nachahmen	Stand- und Bewegungsspiele zu Gefühlen, Ratespiele, kleine Pantomimespiele Kinderlieder, Gedichte und kleine Texte in Handlung umsetzen mit Unterstützung von Musik, Fotos, Bildern, Stationen, etc. Variationen ausprobieren und selbst bewusst etwas eigenes ausdrücken	Spielszenen entwickeln und einfache Formen des Bewegungstheaters proben und darstellen zu unterschiedlichen Themenbereichen.



Bereich F - Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste
5. Schwerpunkt: Tänze erlernen und Bewegungsgestaltungen entwickeln, üben und präsentieren

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erfahren sich teilnehmend in vorgegebenen Singspielen und Tänzen. Sie erleben dabei einfache rhythmische und räumliche Kriterien.	Die Schülerinnen und Schüler realisieren vorgegebene Singspiele und Tänze und beachten dabei einfache rhythmische und räumliche Kriterien.	Die Schülerinnen und Schüler realisieren und variieren vorgegebene Tänze und entwickeln eigene Bewegungsgestaltungen zu Musik, berücksichtigen dabei rhythmische, räumliche und formbezogene Gestaltungskriterien.
Beispiele		
Teilnahme an Bewegungsfolgen von Singspielen und Tänzen vom Aufenthalt in der Mitte bis zur aktiven Teilnahme an Schritt- und Bewegungsformen Kindersingspiele Tanzspiele zu unterschiedliche Musik vorgegebene und freie Bewegungsformen im Wechsel	Einüben und Erlernen von Schritt- und Bewegungsfolgen von Singspielen und Tänzen (z.B. Folklore-, Gesellschafts- und Modetänze) Einbringen von eigenen Bewegungsformen und –gestaltungen Vorführungen	Einüben und Erlernen von Schritt- und Bewegungsfolgen von Singspielen und Tänzen (z.B. Folklore-, Gesellschafts- und Modetänze) Einbringen von eigenen Bewegungsformen und –gestaltungen, kreatives Einsetzen der eigenen Bewegungsformen und –gestaltungen, Erarbeiten von Vorführungen und Präsentationen



★ Bereich G - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Bereich G: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele
1. Schwerpunkt: Spielideen vorgegebener Spiele und ihre grundlegende Spielstruktur erleben, erkennen und nachvollziehen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler lernen einfache Spielideen und Regeln, die an ihre Erfordernisse angepasst werden, kennen, erleben mit Unterstützung und Hilfsmitteln Teilnehmer einfacher kleiner Spiele zu sein	Die Schülerinnen und Schüler lernen einfache Spielideen kennen und verwirklichen diese. Sie erlernen die dazu geltenden einfachen Regelungen und verändern diese in Ansätzen.	Die Schülerinnen und Schüler kennen und verwirklichen die Spielideen und Regelungen komplexerer Spiele und verändern diese.

Beispiele

Kleine Spiele sind Lauf-, Ball-, Kraft-, Geschicklichkeits-, Vertrauensspiele, die mit wenig Aufwand und ohne besondere Techniken nach Regeln gespielt werden können. Es können Spiele mit Wettkampfcharakter, als auch Spiele ohne Sieger und Verlierer sein (auf ausgewogenes Verhältnis achten).

An Spielideen teilnehmen z.B. im Rollstuhl gefahren werden, Spiel verlangsamen, um auch selbst teilnehmen zu können, Bspl. Jagen und Verfolgen, Flüchten und Entkommen, Ball nehmen, halten, transportieren und ins Ziel bringen mit und ohne Unterstützung, mit einem Partner, gemeinsam einen Ball in der Luft halten, in der Gruppe wie ein Brett in der Luft gehalten werden, Komm mit – Lauf weg auch mit Rollstuhl, Rollator, Wettrennen	Regelungen unterschiedlicher Spiele kennen lernen und danach spielen z.B. Lauf- und Fangspiele wie Plumpsack, Schwarzer Mann, Spiele mit Partnern z.B. Ball zuspieren, zu rollen, werfen, als Raupe gemeinsam einen Mattenberg überwinden, Dreibeinlauf, einen Partner, der die Augen geschlossen hat wie ein Auto lenken, auch mit Berührungen, Staffelspiele z.B. Pendelstaffel, Wettläufen z.B. einen Platz finden und dabei auf Kommando aus verschiedenen Ausgangslagen loslaufen, Regeln abändern, wenn sich Schwierigkeiten zeigen.	Eigene Spielideen für das Spiel und deren Regelungen reflektieren, einbringen, verändern, einfache Mannschaftsspiele wie Tauziehen, Völkerball, Brennball, Staffelspiele mit Hindernissen, mit Geräten z.B. Laufdollys
--	--	--



Bereich G - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

2. Schwerpunkt: Spielspezifische motorische Fertigkeiten und Voraussetzungen sowie grundlegende taktische Verhaltensweisen erwerben

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben mit personeller Unterstützung und Hilfsmitteln entsprechend ihren individuellen Möglichkeiten spielspezifische motorische Fertigkeiten in einfachen Spielen und wenden sie mit Hilfe aktiv und passiv an.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler wenden spielspezifische motorische Fertigkeiten in einfachen Spielen an und nutzen Hilfsmittel dazu. Sie erfahren elementare taktische Verhaltensweisen und erkennen die Bedeutung für die Spielhandlung in Ansätzen, sie äußern sich in angemessenen Feedbackmöglichkeiten.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erweitern und verbessern ihre spielspezifischen motorischen Fertigkeiten und wenden sie situationsgerecht in Spielen an. Sie nutzen spieltaktische Elemente situationsgerecht und erkennen ihre Bedeutung für gelingende Spielhandlungen. Sie erläutern deren Bedeutung.</p>
<p>Beispiele zu motorischen Fertigkeiten und taktischen Verhaltensweisen bei Sportspielen</p>		
<p>Werfen und Fangen bzw. Gefangen werden erleben, erlernen und üben, auch mit Hilfsmitteln z.B. Fangen mit Reifen. Fahren und Stoppen mit und ohne Unterstützung in Fangspielen einüben, anwenden. Einfache Rückschlagspiele z.B. Luftballon zuspielen, ist langsam und deshalb gut geeignet, ihn wahrzunehmen, zu fangen, zu halten, wieder zum Partner zu spielen</p>	<p>Schnell und wendig laufen, auch auf akustische Zeichen hin, Bedeutung von Laufwegen erfahren, Laufwege nutzen z.B. bei Fangspielen, Wurftechniken bei Abwurfspielen wie Völkerball nutzen, Zuspiel üben bei Mannschaftsspielen mit Bällen</p>	<p>Bei Ballspielen wie Fußball Mitspieler/ -innen sehen, anspielen oder ihnen geschickt ausweichen, schnell reagieren</p>



Bereich G - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

3. Schwerpunkt: Nach vorgegebenen Regeln spielen können, Spielregeln einhalten und situationsgerecht verändern

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler nehmen an Regelspielen mit personeller Unterstützung und mit Hilfsmitteln aktiv und je nach Fähigkeit auch aktiv teil, sie erleben sich als Mitspieler, sie weisen ggf. mit Unterstützung und Kommunikationshilfen auf eigene Varianten des Spiels hin, benennen das Spiel</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler spielen nach vorgegebenen Regeln, halten diese ein (Visualisierungshilfen nutzen), erkennen Regelverstöße, entwickeln eine Idee, welche Probleme Regelverstöße für das Gelingen des Spiels machen, in Ansätzen Lösungen überlegen bei Nichteinhaltung von Regeln (Visualisierungshilfen nutzen)</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler begreifen die Bedeutung der Regeln für ein gelingendes Spiel, sie zeigen Regelverständnis, hinterfragen Regeln und modifizieren sie, wenn Spielprobleme erkannt werden.</p>
Beispiel für Regelspiele		
<p>Wunsch äußern, Fänger beim Fangspiel auch im Rollstuhl mit Hilfsmittel Noodle zu sein, Signal geben für Start und Stopp eines Spiels</p>	<p>Spielrollen z.B. Fänger akzeptieren, übernehmen, ausfüllen, Spielpartner für bekanntes Spiel wählen mit Hilfsmitteln, Formen von Partner-, Gruppen- und Mannschaftsbildung erfahren und mit Hilfe anwenden z.B. einzeln Partner benennen, nach Kriterien wählen z.B. Kleiderfarbe, mit Farbkarten Gruppen bilden</p>	<p>Feedbackmöglichkeiten schaffen, um Regeln zu hinterfragen, zu modifizieren, anzupassen. Verabredung über Mannschaftsgröße, Spielfeld, Spieldauer, Gewinnregelung treffen, fürs Spiel angemessene Mannschaften bilden, auf Ausgewogenheit achten</p>



Bereich G - Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

4. Schwerpunkt: Grundformen der Sportspiele einschließlich ihrer taktischen Anforderungen und spielspezifischen motorischen Fertigkeiten lernen, üben und anwenden (Mannschaftsspiele wie Fußball, Basketball, Handball, Hockey, aber auch Rückschlagspiele wie Tischtennis, Tennis, Badminton)

Die Schülerinnen und Schüler bringen sich in die Grundformen ausgewählter Sportspiele entsprechend ihren technischen und taktischen Möglichkeiten ein

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler spielen mit und ohne Hilfe Bälle mit und ohne Hilfsmittel einem Partner zu. Sie erleben dabei Entfernungsänderungen und Raumwechsel, bleiben aber im Zuspiel zu ihrem Partner. Sie akzeptieren einen Partner und entwickeln Freude am gemeinsamen Spiel.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler spielen mit einem, mehreren Partnern gleichzeitig in einfach gestalteten Elementarformen von großen Sportspielen. Sie erlernen Elementarformen des Zuspiels von Bällen aus verschiedenen Lagen, Halterungen, aus der Bewegung. Sie verändern Entfernungen, erlernen werfen, rollen, passen, schießen, schlagen von Bällen. Sie erleben in Mannschaftsspielen zusammenspielen, aber auch gegen jemanden spielen. Sie erleben Konsequenzen bei Regelverstößen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erlernen die Elementarformen großer Sportspiele, erlernen taktische und motorische Fertigkeiten im Zuspiel, Halten vom Ball, aber auch im Ball erkämpfen unter Beachtung der geltenden Regeln. Sie verbessern ihre Balltechnik im zuspielen, werfen, schießen, Ball schlagen bei Rückschlagspielen, sie erlernen Techniken der Ballverteidigung und des Zusammenspiels, sie orientieren sich auf dem Spielfeld, in der Mannschaft. Sie beachten Fairness und Einhaltung der Regeln und sind sich der Konsequenzen bei Regelverstößen bewusst.</p>

Beispiele

<p>Einfaches Zuspiel bzw. zurollen von Bällen angemessener Größe, Griffbarkeit zu einem Partner</p>	<p>Zuspiel von Bällen aus verschiedenen Lagen, Haltungen, aus der Bewegung, Seitenwechsel bei Ballspielen mit Seiten- und Aufgabenwechsel, Hindernisse beachten z.B. durch einen Reifen anspielen, Gruppenspiele z.B. Balljagd, einfache Mannschaftsspiele wie Keulenball, Gegner abwerfen beim Völkerball</p>	<p>Vereinfachte Formen zu Basketball einüben, Torschusspiele und Rückschlagspiele, kleine Mannschaftsspiele wie Sitzfußball, Ball in den Korb, Spiel auf bewegliches Tor, Turmball, Korbball</p>
---	--	--



★ Bereich H – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport

Bereich H: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport
1. Schwerpunkt: Grundlegende Bewegungs- und Fahreigenschaften von verschiedenen Gleit-, Fahr und Rollgeräten kennenlernen, erfahren, erproben und üben

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erfahren elementare Bewegungs- und Fahreigenschaften von verschiedenen Gleit-, Fahr- und Rollgeräten. Sie nutzen diese aktiv und passiv in einfachen Bewegungssituationen. Sie erleben dadurch Wechsel in Tempo und Richtung.	Die Schülerinnen und Schüler erproben und üben verschiedene Fortbewegungsarten. Sie erleben sich in herausfordernden Situationen in Bezug auf Geschwindigkeit, Richtungswechsel, rechtzeitiges Stoppen und Überwindung von Höhenunterschieden	Die Schülerinnen und Schüler bewegen sich koordiniert und nutzen Gleit-, Fahr- und Rollgeräte in komplexen Bewegungssituationen sicher

Beispiele: Mit verschiedenen Materialien **rutschen...**

In gestützter, körpernaher Position mit einem Schüler eine Schräge herunterrutschen.	In Rücken- und Bauchlage sowie in Sitzposition mit und ohne Hilfe auf einer Langbank, aus verschiedenen Höhen hinunterrutschen.	Eine Bewegungslandschaft mit Schrägen in verschiedenen Höhen sicher bewältigen können (Loquito), ggf. mit aufbauen können.
--	---	--

Beispiele: Mit verschiedenen Materialien **gleiten...**

In Rücken- und Bauchlage sowie in Sitzposition auf Tüchern und Decken über verschiedene Untergründe (z.B. glatte und raue Böden, Noppenböden, Teppiche, Wiesen usw.) mit und ohne Richtungswechsel von der LP gezogen werden.	Sich gegenseitig in verschiedenen Lagepositionen auf Decken und Tüchern ziehen lassen (Partnerspiel)	Sich eigenständig einen Bewegungsparcour überlegen und in Teamarbeit ausführen können
---	--	---

Beispiele: Mit verschiedenen Materialien **fahren...**

Im Rollstuhl oder auf einem Rollfiets (Rollstuhlfahrrad) über verschiedene Untergründe und in unterschiedlichen Höhen bewegt und gefahren werden. Einen Roller durch das Nebenherlaufen bewegen können Ein Dreirad in Sitzposition durch Laufen fortbewegen	Den Rollstuhl durch Armbetätigung - das Rollfiets durch Mittreten der Pedale fortbewegen können Einen Roller, ein Dreirad oder Fahrrad (mit und ohne Stützrädern) angemessen fortbewegen	Den Rollstuhl und das Rollfiets selbständig und adäquat fortbewegen können Einen Roller, ein Dreirad oder Fahrrad (mit und ohne Stützräder) selbständig fortbewegen in unterschiedlichen Tempi, auf verschiedenen Untergründen und in verschiedenen Höhenlagen.
---	---	--



Bereich H: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport

2. Schwerpunkt: Bewegungskönnen im Gleiten, Fahren und Rollen erweitern

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben Kunststücke bzw. Teile von Kunststücken ihren Fähigkeiten entsprechend mit oder ohne personelle und mediale Unterstützung.	Die Schülerinnen und Schüler erproben einfache Kunststücke mit verschiedenen Gleit-, Fahr- und Rollgeräten	Die Schülerinnen und Schüler bewältigen vorgegebene oder selbst gefundene Kunststücke und definierte Anforderungen mit Gleit-, Fahr- und Rollgeräten
Beispiele		
Auf die Besonderheiten der jew. SuS abgestimmte Geschicklichkeits-Parcours mit Hilfsmitteln zur Stütze des Körpers, Start- und Stoppsignale (Big Points), Visualisierte Vorschläge für einen Parcours, dessen Reihenfolge, etc.... bzw. Nutzung von Kommunikationshilfen	vorgegebene Geschicklichkeitsparcours Regeln kennen und einhalten für den Umgang mit den Geräten und das Bewegen in der Gruppe Geschwindigkeit kennen und Einhalten. Rücksichtsvoller Umgang mit Geräten und Personen Führerscheine für: Rollbrett, Rollstuhl, Fahrrad, Roller, Kettcar.... in geschützter Umgebung	vorgegebene und selbst zusammengestellte Geschicklichkeitsparcours Verantwortungsbewusst und rücksichtsvoll mit der Geschwindigkeit, mit den Geräten, den Personen in der Gruppe umgehen, , Kunststücke so gestalten, planen und umsetzen, dass alle teilnehmen können Reflektieren der eigenen Handlung und der Gruppenhandlung



Bereich H: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport

3. Schwerpunkt: Gleiten, Fahren, Rollen in natürlicher und gestalteter Umwelt erleben

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben sich in unterschiedlichen räumlichen Gegebenheiten beim Gleiten, Fahren und Rollen	Die Schülerinnen und Schüler nutzen unterschiedliche räumliche Gegebenheiten zum Gleiten, Fahren und Rollen	Die Schülerinnen und Schüler bewältigen komplexe Herausforderungen in natürlicher und gestalteter Umgebung. Sie reflektieren und bewerten umweltbezogene Erfahrungen.
Beispiele		
im Schulgebäude z.B. mit dem Tretroller, Lernfahrrad, Laufrad oder Rollbrett, auf dem Schulhof, im Straßenverkehr, auf Waldwegen, bei Anstiegen und Abfahrten mit Rollfiets, Therapiefahrrad, Handbike	Geräte- und Geländeparcours nutzen, dabei Fahrregeln einhalten Eigene Geschwindigkeit an den Fahrweg und die besonderen Gegebenheiten der natürlichen Umgebung anpassen. Gefahrensituationen thematisieren, Bremsmanöver üben, Hindernisse erkennen, kurze Strecken und Wetterbedingungen bewältigen.	Geräte- und Geländeparcours selbst herstellen und dem eigenen Bewegungsvermögen und dem anderer anpassen. Gefahrensituationen erkennen, einschätzen und angemessen reagieren, längere Strecken schnell und/oder ausdauernd bewältigen, Wetterbedingungen einschätzen und das Verhalten und den Fahrstil daran anpassen.



★ Bereich I - Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Bereich I – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport
1. Schwerpunkt: Spielerische Kampfformen kennen lernen und ausführen

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
Die Schülerinnen und Schüler erleben spielerisch durch einen Partner oder die Gruppe verursachte Druck-, Zug- und Hebebewegungen, die auf den eigenen Körper einwirken und erfahren sich selbst dabei als Gegenüber für andere.	Die Schülerinnen und Schüler erproben einfache, spielerische Kampfformen mit einem Partner oder in einer Gruppe unter Einhaltung einfacher Regeln.	Die Schülerinnen und Schüler ringen und kämpfen mit einem Partner oder einer Gruppe unter Einhaltung vorgegebener Regeln und besprechen deren Bedeutung.

Beispiele für Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

<ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler sitzen, liegen oder stehen und erfahren in dieser Position Druck durch einen Gymnastikball, mit dem ein Partner an verschiedenen Stellen des Körpers Druck ausübt. • Die Schülerinnen und Schüler werden in ein Schwungtuch gewickelt, in einem auf einem Rollbrett befestigten Reifen sitzend, von einem Partner am Schwungtuch gezogen. • Die Schülerinnen und Schüler werden auf einer kleinen Matte liegend von ihren Mitschülern angehoben und wieder abgelegt. 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler drücken, ziehen, schieben, heben und werfen ihren Gegner/ihre Gegnerin auf unterschiedliche Weisen, mit und ohne zusätzliche Kleingeräte (z.B. Gymnastikball, Poolnudeln, Schaumstoffwürfel). • Die Schülerinnen und Schüler kennen die „Stopp-Regel“ (Wenn jemand „Stopp“ sagt, ist stopp!) und halten diese ein. 	<ul style="list-style-type: none"> • Die Schülerinnen und Schüler stehen paarweise auf einer Matte, halten gemeinsam einen Gymnastikball zwischen sich und versuchen den Gegner durch Zieh- und Schiebewegungen von der Matte zu drängen. Dabei kennen sie die „Stopp-Regel“ und zählen die erreichten Punkte. • Die Schülerinnen und Schüler besprechen mit ihrem Partner bzw. in der Gruppe die Vorteile der „Stopp-Regel“.
---	--	---



Bereich I – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

2. Schwerpunkt: Kampfformen entwickeln, Regelungen treffen, erproben und verändern.

Kompetenzstufe I Die Schülerinnen und Schüler erleben auf sie abgestimmte Formen und Regeln des Ringens und Kämpfens, bei denen sie als Teil eines Zweierteams oder einer Gruppe an den Aktionen teilnehmen.	Kompetenzstufe II Die Schülerinnen und Schüler kennen eingeführte Kampfformen sowie die dazugehörigen Regeln und wenden diese situations- und bedürfnisgerecht an.	Kompetenzstufe III Die Schülerinnen und Schüler erfinden, erproben und bewerten eigene Kampfformen und legen eigene, auf ihre Gruppe abgestimmte Regeln fest, um alle mit einzubeziehen.
Beispiele für Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler werden in einem Reifen auf einem Rollbrett sitzend von ihrer Gruppe versucht über eine Mittellinie zu schieben, während die gegnerische Gruppe versucht dies zu verhindern.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler kennen die Regel „Ich achte auf meinen Partner!“ und hören auf zu kämpfen, wenn sich dieser weh getan hat.• Die Schülerinnen und Schüler beenden den Kampf, wenn der Gegner mit dem Gymnastikball von der Matte gedrängt wurde.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler versuchen zu zweit einen körperlich überlegenen Schüler aus der Bauchlage auf den Rücken zu drehen.• Die Schülerinnen und Schüler überlegen gemeinsam, wie man bestimmten Schülern/ Schülerinnen ein zusätzliches Handicap bzw. einen Vorteil beim Kämpfen ermöglichen kann, um Chancengleichheit herzustellen.



Bereich I – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

3. Schwerpunkt: Elementare technische Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten erlernen, üben und anwenden.

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler erleben durch einen Partner/eine Partnerin bzw. eine Gruppe verursachte Druck-, Zug-, Schub-, Hebe- und Wurfbewegungen.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler zeigen elementare technische Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten verschiedener Kampfformen in der Interaktion mit einem Partner/einer Partnerin oder einer Gruppe.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler zeigen Bewegungssicherheit in der Anwendung technischer Fertigkeiten und setzen taktische Fähigkeiten bewusst und zielgerichtet in unterschiedlichen Kampfformen ein.</p>
Beispiele für Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler erleben durch einen Partner unterschiedlich starke Druckerfahrungen mit harten und weichen, kleinen und größeren Gegenständen.• Die Schülerinnen und Schüler erfahren zusammen mit einem Partner das Fallen aus dem Stand auf eine Weichbodenmatte.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler stehen in einer Kleingruppe um einen am Boden liegenden Fahrradreifen und versuchen die anderen Mitspieler in den Kreis zu ziehen, ohne selber rein zu treten.• Die Schülerinnen und Schüler fassen sich mit den rechten Händen fest an den Unterarmen und versuchen den Gegner/die Gegnerin mit anderen Hand am Rücken zu berühren.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler setzen Befreiungstechniken des Judos gezielt ein.• Die Schülerinnen und Schüler greifen den Gegner/die Gegnerin in günstigen Situationen an und fintieren ihre Bewegungen.



Bereich I – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

4. Schwerpunkt: In Kampfsituationen die Gegnerin bzw. den Gegner als Partnerin bzw. Partner achten.

Kompetenzstufe I	Kompetenzstufe II	Kompetenzstufe III
<p>Die Schülerinnen und Schüler richten ihre Aufmerksamkeit auf unterschiedliche Partner, die mit ihnen durch Druck-, Zug-, Schub-, Hebe- und Wurfbewegungen in Kontakt treten.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erkennen und akzeptieren unterschiedliche Voraussetzungen des Gegners/der Gegnerin, gehen achtsam mit ihm/ihr um und halten besprochene Regeln ein.</p>	<p>Die Schülerinnen und Schüler erkennen und akzeptieren unterschiedliche Voraussetzungen des Gegners/der Gegnerin, entwickeln sinnvolle Regeln für unterschiedliche Voraussetzungen und gehen unter Einhaltung dieser Regeln achtsam miteinander um.</p>
Beispiele für Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport		
<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler werden ruhig, schauen den Partner an oder wenden sich der Partnerin zu, wenn dieser/diese beginnt den Schüler/die Schülerin in einem Reifen auf einem Rollbrett durch die Halle zu schieben.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler hören sofort auf zu kämpfen, wenn der Gegner/die Gegnerin „Stopp!“ sagt.• Die Schülerinnen und Schüler verbeugen sich vor dem Gegner/der Gegnerin bevor sie ihre Positionen für den Kampf einnehmen.	<ul style="list-style-type: none">• Die Schülerinnen und Schüler entwickeln unter Berücksichtigung individueller körperlicher und kognitiver Voraussetzung Regeln, um zwischen den Partnern Chancengleichheit herzustellen