



ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	Block 1 Spätsommer/Herbst	Block 2 Herbst/ Winter	Block 3 Winter	Block 4 Frühjahr/ Sommer
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Kleine Kennlernspiele Vorbereitung Lauftag Spielerisches Erkunden neuer Geräte	Kleine Ballspiele Kindertänze Spielerisches Erkunden neuer Geräte	Bewegungslandschaften Geräturnen Kooperationsspiele	Rollbrett Spieleleichtathletik
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Kleine Spiele kennenlernen, Orientierung in der Halle, verschiedene Ticker, Erlöser Ausdauer-schulung, Intervalltraining, längere Strecken	Technik: Werfen, Fangen Ziele treffen Miteinander spielen Bewegungslieder und einfache Tänze	Schwingen, Hangeln Klettern, Balancieren, Rollen, Springen, Fliegen, Drehen und Stützen Rollbewegungen, Stütz- und Haltebewegungen, Körperspannung	Kennenlernen und Erproben unterschiedlicher Geräte wie Rollbrett, Teppichfließen vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	Reflexion über Einhaltung von Regeln beim Spielen Reflexion Lauftempo	Reflexion: Regeln, Fairplay	Gerätenamen kennen zeigen, nachmachen, beschreiben, benennen Regeln Auf- und Abbau, Transport	zeigen, nachmachen, beschreiben, benennen
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Kennen verschiedene Spiele zum Erwärmen und zum Abschluss Laufabzeichen	Kennen die Grundformen der kleinen Ballspiele Beherrschen einfache Ballfertigkeiten Umsetzung visueller Reize in Bewegung	Erwerben koordinativer u. konditioneller Fähigkeiten Auf- und Abbau v. Geräten Kooperieren im Spiel	Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit S. erlernen und üben vielfältige leichtathletische Grundformen



ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	Block 1 Spätsommer/Herbst	Block 2 Herbst/ Winter	Block 3 Winter	Block 4 Frühjahr/ Sommer
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Kleine Spiele (2) Vorbereitung Lauftag Verschiedene Geräte vielfältig benutzen	Kleine Ballspiele Stufe 2 Kindertänze, rhythmische Grundformen Verschiedene Geräte vielfältig benutzen	Bewegungslandschaften Geräturnen Spiele mit Körperkontakt	Rollbrett (2) Spieleleichtathletik
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Weitere Kleine Spiele kennenlernen, miteinander auf überschaubaren Spielfeldern in kleinen Mannschaften spielen Ausdauerschulung, Intervalltraining, längere Strecken	Technik: Werfen, Fangen, Ziele treffen Miteinander spielen vielfältige Grundformen der Sportspiele erlernen Bewegungslieder und einfache Tänze	Schwingen, Hangeln Klettern, Balancieren, Rollen, Springen, Fliegen, Drehen und Stützen Sprungbewegungen mit dem Sprungbrett Übungen zur Körperspannung	Rollbrettführerschein vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten im Freien verschiedene Staffeln
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	Reflexion über Einhaltung von Regeln beim Spielen Reflexion Lauftempo	Reflexion: Regeln, Fairplay	Gerätenamen kennen üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen Regeln Auf-und Abbau, Transport	üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Kennen verschiedene Kleine Spiele, kooperieren Laufabzeichen	Kennen vielfältige Grundformen der kleinen Ballspiele, beherrschen einfache Ballfertigkeiten Umsetzung visueller Reize in Bewegung	können Körperspannung halten, erlernen und präsentieren erste turnerische Fertigkeiten in der Grobform beherrschen die Kopfsteuerung beim Rollen und Drehen Körperkontakt im Spiel	Grundfertigkeiten des Rollens, Gleitens und Fahrens regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit Rollbrettführerschein S. erlernen und üben vielfältige leichtathletische Grundformen



ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	Block 1 Spätsommer/Herbst	Block 2 Herbst/ Winter	Block 3 Winter	Block 4 Frühjahr/ Sommer
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Kleine Spiele, kleine Mannschaftsspiele Vorbereitung Lauftag Halle: Verschiedene Geräte vielfältig u. spielerisch benutzen Schwimmen	Kleine Ballspiele Stufe 3 Verschiedene Geräte vielfältig in kleinen Mannschaftsspielen benutzen Poptänze Fitness Schwimmen	Geräturnen Raufen und Ringen Grundlagen Schwimmen	Roll-und Fahrschule, Fahrradscreening Spieleleichtathletik Schwimmen
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Kleine Spiele miteinander auf überschaubaren Spielfeldern in kleinen Mannschaften spielen Ausdauer-schulung, Intervalltraining, längere Strecken Methodische Reihen vom Nichtschwimmer zum Freischwimmer	Technik: Werfen, Fangen Ziele treffen, miteinander spielen vielfältige Formen der Sportspiele produktive Umsetzung von Rhythmus und Musik in Bewegung Fitness: an Stationen, Circuit	Methodische Reihen Boden, Reck, Schwebebalken, Sprung Helfen und Sichern Minitrampolin: Hinführung, Grundsprünge Ringen: Körperkontakt und Vertrauensspiele, Respekt und Grenzen	Fahrradparcour Technikschulung: Lauf-, Sprung- und Wurfarten im Freien, verschiedene Staffeln Lauf- und Fangspiele
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	Reflexion über Einhaltung von Regeln beim Spielen Reflexion Lauftempo, Belastung, Pulsmessung	Reflexion: Regeln, Fairplay Geräte und deren konkrete Nutzung üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen	Gerätenamen kennen, Begriffe der Turnsprache kennen üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen	üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Kennen weitere verschiedene Kleine Spiele, kooperieren in Mannschaften Laufabzeichen	Kennen vielfältige Grundformen der kleinen Ballspiele, beherrschen einfache Ballfertigkeiten, lernen, fair in Mannschaften zu spielen halten sich fit durch rhythmische Bewegungen Schwimmabzeichen	präsentieren turnerische Fertigkeiten, helfen und sichern kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen, halten Regeln beim Raufen und Ringen ein und reflektieren diese	Grundfertigkeiten des Rollens und Fahrens, regulieren Körperschwerpunkt, Koordination Fahrradscreening S. erlernen und üben konkrete leichtathletische Grundformen Schwimmabzeichen



ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	Block 1 Spätsommer/Herbst	Block 2 Herbst/ Winter	Block 3 Winter	Block 4 Frühjahr/ Sommer
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	Vorbereitung Lauftag Crosslaufqualifikation Halle: Verschiedene Geräte vielfältig benutzen u. in Wettkämpfe einbinden	Spiele: Futsal, Handball, Hockey Poptänze, Choreographien, Pyramiden Fitness	Geräturnen Bundesjugendspiele Turnen Raufen und Ringen in Turnierform	Fahrradtraining Spieleleichtathletik
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	Ausdauererschulung, Intervalltraining, längere Strecken Verschiedene Ausdauerspiele Crosslauftraining Mannschaftsspiele an Gerätebahnen	Technik: Werfen, fangen, prellen, dribbeln, Ball treiben, Regelschulung, Fairplay produktive Umsetzung von Rhythmus und Musik in Bewegung Fitness: Stationen, Circuit, Aerobic	Methodische Reihungen Boden, Reck, Schwebelbalken, Sprung Helfen und Sichern Fortsetzung Minirampolin: Grund- und Fantasiesprünge Ringen: Stopp-Regel, Abläufe des Raufens und Ringens, Übungen zum fairen Raufen und Ringen	Fahrrad: ausgewählte Strecke, typische Prüfungssituationen Technikschulung: Lauf-, Sprung- und Wurfarten im Freien, verschiedene Staffeln Lauf- und Fangspiele
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	Reflexion über Einhaltung und Änderung von Regeln beim Spielen entwickeln, prüfen, entscheiden, beurteilen, unterstützen Reflexion Lauftempo, Belastung, Pulsmessung	entwickeln, prüfen, entscheiden, beurteilen, unterstützen	Gerätenamen kennen, Begriffe der Turnsprache kennen entwickeln, prüfen, entscheiden, beurteilen, unterstützen	üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen, entwickeln, prüfen, entscheiden, beurteilen, unterstützen
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	kooperieren in Mannschaften Laufabzeichen Crosslauf	sportspielübergreifende koordinative und konditionelle Fähigkeiten, kommunizieren eigene Spielideen und argumentieren zu Lösungen bei Störungen, halten sich fit durch rhythmische Bewegungen, Stationstraining, Aerobic	Bundesjugendspiele Geräturnen kennen die Bedeutung von Regeln und Ritualen, halten diese beim Raufen und Ringen ein und reflektieren diese, können ihren Körper koordiniert einsetzen	Fahrradprüfung Bundesjugendspiele Leichtathletik, Wettbewerb