

Schulinternes Fachcurriculum im Fach Sport

(Entwurf, Stand am 04.02.2025)

Jahresplanung / Stoffverteilung

Schulinternes Curriculum (SchiC) für Sport auf Grundlage der Fachanforderungen des Landes Schleswig-Holstein für die Primarstufe und die Sekundarstufe I

2. Halbjahr

1. Halbjahr

| August | September | Oktober | November | Dezember | Januar | X | Februar | März | April | Mai | Juni | Juli | | | | | |
|--------------------------------|-------------------------|---------------|-------------|----------|------------------------------|---|--------------------------------|---|---------------|--------------------------|------|------|--|--|--|--|--|
| Laufen, Springen, Werfen | | | Sportspiele | | | | X | Rhythmisieren, gestalten, tanzen (Gymnastik und Tanz) | | Laufen, Springen, Werfen | | | | | | | |
| Eigenes Thema | Rollen, Gleiten, Fahren | Eigenes Thema | Turnen | | Raufen, Ringen & Verteidigen | X | Fitness | | Eigenes Thema | Sportspiele | | | | | | | |
| Spielen | | | | | | X | Spielen | | | | | | | | | | |
| Schwimmen (Klassenstufe 3 & 4) | | | | | | X | Schwimmen (Klassenstufe 3 & 4) | | | | | | | | | | |

Schwimmen erfolgt in der Klassenstufe drei und vier. Ein internes Curriculum/Stoffverteilungsplan erfolgt durch die Schwimmlehrkräfte.

Ziele für den sportlich motorischen Bereich am Förderzentrum körperliche und motorische Entwicklung ergeben sich aus:

| Förderbedarf kmE +... | |
|---|--|
| GSE + ESA Niveau | Gemäß Fachanforderungen + Nachteilsausgleich |
| Förderbedarf L Niveau | In Anlehnung an Fachanforderungen + Nachteilsausgleich |
| Teilhabeziele | Individuelle Zielsetzung |
| Therapeutische Ziele | Individuelle Zielsetzungen in Kooperation mit Therapeutinnen |
| Ziele zur Förderung der Alltagskompetenzen | Individuelle Zielsetzungen |

| | Fach Sport | Themenfeld: Laufen, Springen, Werfen/ Leichtathletik | Zeitlicher Rahmen: 16-24 Wochen |
|---|--|---|---------------------------------|
| Themen und Inhalten | Primarstufe <ul style="list-style-type: none"> • Lauf, Sprung und Wurf in variierenden Bewegungssituationen • Vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten • Lauf, Sprung und Wurf im Freien • Stand- und Schrittweitsprung • Ausdauerndes und schnelles Laufen • In die Höhe springen • Schlagwurf • Staffeln laufen • Spielerische Wettkampfformen • Respektvolles Wettkämpfen • Sachgerechter Geräteumgang • Leichtathletische Spielformen zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten • Leichtathletische Spielformen zur Schulung der konditionellen Fähigkeiten | Sekundarstufe I <ul style="list-style-type: none"> • Lauf ABC • Grundlagenschulung • Hindernislauf • Weitsprung • Sprint-, Mittel- und Langstreckenlauf • Spielerische Formen zur Entwicklung der Ausdauer • Sportartübergreifende Formen zur Entwicklung Schnelligkeiten | |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Lauf, Sprung und Wurf in variierenden Bewegungssituationen | Lauf ABC | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsparcours: Kinder durchlaufen verschiedene Stationen mit Hindernissen zum Überwinden, Springen und Werfen. • Tiere auf Reisen: Kinder bewegen sich wie verschiedene Tiere (Hase = Hüpfen, Känguru = Sprünge, Gepard = Sprinten, Frosch = Weitsprung). | <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-ABC-Parcours: Stationen mit Kniehebelauf, Anfersen, Hopserlauf, Seitgalopp, Sprunglauf. • Koordinationsleiter-Drills: Verschiedene Bewegungsmuster zur Verbesserung der Beinarbeit. | |

| | | |
|---|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> • Partnerfeedback-Lauf: Schüler beobachten sich gegenseitig und geben Technik-Feedback. |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Vielseitige Lauf-, Sprung- und Wurfarten | Grundlagenschulung |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Laufbingo: Kinder würfeln eine Laufart (Rückwärtslaufen, Seitgalopp, Krebsgang etc.) und eine Strecke. • Zonenwerfen: Verschiedene Zonen mit Punktwerten, in die mit unterschiedlichen Wurfarten (Überkopf, Schockwurf, Drehwurf) geworfen wird. | <ul style="list-style-type: none"> • Hampelmann-Variationen: Verschiedene Sprung- und Armbewegungen zur Aktivierung. • Stabi-Zirkel: Übungen für Rumpfstabilität (Plank, Seitstütz, Beinheben). • Lauftechnik-Spiegel: Schüler imitieren Laufbewegungen eines Partners mit Fokus auf Technik. |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Lauf, Sprung und Wurf im Freien | Hindernislauf |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Naturparcours: Kinder laufen über Baumstämme, springen über Äste und werfen Steine oder Tannenzapfen auf ein Ziel. • Schatzsuche mit Bewegung: Aufgaben im Freien (z. B. von Stein zu Stein springen, um eine Station zu erreichen). | <ul style="list-style-type: none"> • Mini-Hürdenlauf: Verschiedene Höhen und Abstände zum Üben der Sprungtechnik. • Parkour-Lauf: Über Kästen, Matten und Reifen springen – Kreativität fördern. • Reaktions-Hürdenlauf: Auf akustisches oder optisches Signal loslaufen und Hindernisse überwinden. |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Stand- und Schrittweitsprung | Weitsprung |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Zielweitsprung: Kinder versuchen, eine vorgegebene Markierung im Sprung zu erreichen. • Sackhüpfen mit Zielmarke: Fördert das beidbeinige Springen aus dem Stand. | <ul style="list-style-type: none"> • Sprungzonen-Spiel: Verschiedene Weiten markieren – Schüler versuchen, bestimmte Zonen zu treffen. • Schwunglauf mit Markierungen: Verbesserung des Anlaufs mit Zielmarkierungen. |

| | | |
|---|---|--|
| | | <ul style="list-style-type: none"> Zonenweitsprung-Wettkampf: Teams versuchen, eine bestimmte Punktzahl durch Sprünge in markierte Bereiche zu erreichen. |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Ausdauerndes und schnelles Laufen | Sprint-, Mittel- und Langstreckenlauf |
| | <ul style="list-style-type: none"> Laufmemory: Kinder laufen zwischen Kartenstapeln hin und her und müssen passende Paare finden. Verfolgungsrennen: Ein Kind startet etwas später als ein anderes und versucht, es einzuholen. | <ul style="list-style-type: none"> Raketenstart: Sprinttraining aus unterschiedlichen Startpositionen. Lauf-Pendelstaffel: Teams absolvieren kurze Strecken und übergeben einen Staffelstab. Pyramidenlauf: 100m – 200m – 400m – 200m – 100m für Kraft und Tempoausdauer. Partner-Tempowechsellauf: Einer bestimmt das Tempo, der andere muss sich anpassen. |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | In die Höhe springen | Spielerische Formen zur Entwicklung der Ausdauer |
| | <ul style="list-style-type: none"> Hochsprung-Wettbewerb: Über Bänder oder Seile in unterschiedlichen Höhen springen. Bananenkisten-Hochsprung: Kisten oder Reifen als Sprungplattformen nutzen, um mit Schwung in die Höhe zu springen | <ul style="list-style-type: none"> Fischer, Fischer, wie tief ist das Wasser? Laufform mit Tempowechseln. Tic-Tac-Toe-Staffel: Laufen, Denken und Strategie kombinieren. Ausdauerkönig: Wer kann über einen bestimmten Zeitraum die meisten Runden laufen? |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Schlagwurf | Sportartübergreifende Formen zur Entwicklung der Schnelligkeit |
| | <ul style="list-style-type: none"> Zielwurf gegen die Wand: Markierungen an einer Wand treffen. Dosenwerfen mit verschiedenen Bällen: Leichte, schwere, große und kleine Bälle für variierenden Krafteinsatz. | <ul style="list-style-type: none"> Reaktions-Sprintduell: Schüler starten auf ein akustisches oder optisches Signal. Ball-Sprint-Spiel: Fangspiele mit verschiedenen Bällen, die schnelles Antrittstempo erfordern. |

| | | |
|---|--|--|
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Staffeln laufen | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Hindernisstaffel: Laufen mit Slalom, Hürden und Sprüngen. • Wassertransport-Staffel: Becher mit Wasser transportieren, ohne es zu verschütten. | |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Spielerische Wettkampfformen | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Brennball-Varianten: Modifiziertes Brennball mit Wurf-, Lauf- und Sprungelementen. • Mattenrutschen: Wer schafft es, am schnellsten auf einer Matte eine Strecke zurückzulegen? | |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Respektvolles Wettkämpfen | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Fairplay-Rennen: Kinder motivieren sich gegenseitig, anstatt sich zu überholen. • Kooperations-Wettkampf: Zwei Kinder laufen gemeinsam mit einem Ball zwischen den Körpern. | |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Sachgerechter Geräteumgang | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Geräteführerschein: Kinder lernen die Handhabung von Bällen, Seilen und Sprungbrettern. • Geräteparcours: Übungen mit Seilen, Bällen, Kästen und anderen Turngeräten. | |

| | | |
|---|--|--|
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Leichtathletische Spielformen zur Schulung der koordinativen Fähigkeiten | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Lauf-ABC-Staffel: Verschiedene koordinative Laufübungen (Anfersen, Kniehebelauf, Seitgalopp). • Reaktionslauf: Auf akustisches oder optisches Signal reagieren und lossprinten. | |
| Konkretisierungen zum Themenfeld | Leichtathletische Spielformen zur Schulung der konditionellen Fähigkeiten | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Berglauf-Challenge: Kinder laufen gegen einen leichten Hang an. • Kasten-Intervalltraining: Springen, Klettern und Werfen in Intervallen zur Kräftigung. | |

