

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 <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). 	Lauf ABC <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, Kребsgang 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. • Verfolungsrennen: 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"> • Geräteleiterschein: 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. 	

