

# Fachcurriculum Sport Schulverband Oldenburg-Land

## Prozess- und inhaltsbezogene Kompetenzen im Sportunterricht

Im Sportunterricht sammeln die Schülerinnen und Schüler Sozial-, Bewegungs-, Gesundheits-, Körper-, Material- und Könnenserfahrungen. Dabei lassen sich die Kompetenzen in prozessbezogene und inhaltsbezogene Kompetenzen unterteilen.

### Prozessbezogene Kompetenzen befähigen die Schülerinnen und Schüler zu:

- Erwerb von sozialer und methodischer Kompetenz
- eigenverantwortliche und selbstbestimmte Partizipation am Sportunterricht und Sportkultur
- Kooperation
- Kommunikation, argumentieren, Reflexion von Bewegungshandlungen / Regeln / Abläufen
- motorische Handlungen
- sich selbst und andere wahrnehmen
- Gestaltung und Präsentation von Bewegungen
- verantwortungsbewusstes Verhalten
- Erleben von Selbstwirksamkeit
- Stärkung der Persönlichkeit und Selbstständigkeit

### Inhaltsbezogenen Kompetenzen

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen beziehen sich im Sportunterricht auf die sieben Bewegungsfelder:

- Spielen
- Turnen
- Laufen, springen, werfen,
- Schwimmen
- Rhythmisieren, gestalten, tanzen
- Raufen & ringen
- Rollen, gleiten fahren

Das fachliche Anforderungsprofil des Sportunterrichts an den Grundschulen des Schulverbands Oldenburg-Land besteht außerdem aus Anforderungen an die Schülerinnen und Schüler aus den Bereichen Fairness, Einsatzbereitschaft und Rücksichtnahme.

## Bewegungsfelder und Themenschwerpunkte

Jahrgangsstufe 1/2

Die ersten Sportstunden befassen sich in Jahrgangsstufe 1/2 mit folgenden Inhalten:

- Weg zur Sporthalle
- Verhalten in der Umkleide
- Regeln im Sportunterricht (auch Hygiene- und Sicherheitsregeln)
- Orientierung in der Sporthalle

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Kompetenzerwartung Die SuS...</b>	<b>Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen</b>
SPIELEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kennen einfache Übungen und Spielformen zum Auf- und Abwärmen</li> <li>- vereinbaren Spielregeln</li> <li>- halten festgelegte Spielregeln ein</li> <li>- zeigen kooperatives Verhalten</li> <li>- spiele fair miteinander und fair gegeneinander</li> <li>- können Spielideen erfassen, erklären und umsetzen</li> <li>- können frei spielen</li> <li>- zeigen Anstrengungsbereitschaft</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Ticker- und Fangspiele (Ketten-, Linien-, Brücken-, Eisticken...)</li> <li>- Einfache Laufspiele (Memorylauf, kleine Staffelspiele, Fischer Fischer, ABC-Lauf, Sanitärspiel, Atomspiel, Fuchsschwanz ...)</li> <li>- Einfache Ballspiele (Merkball, T-Völkerball, Brennball ...)</li> </ul>
TURNEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- verhalten sich sicher im Geräteraum sowie sachgerechter Umgang mit verschiedenen Kleingeräten</li> <li>- Auf- und Abbau von Kleingeräten</li> <li>- erfahren und halten Körperspannung</li> <li>- stützen das Körpergewicht</li> <li>- erfahren Stütz-, Halte- und Sprungkraft</li> <li>- erfahren und erlernen turnerische Bewegungen</li> <li>- gehen mit verschiedenen Wagnissen um</li> <li>- sammeln erste koordinative Erfahrungen</li> <li>- Anlauf und Absprung von einem Bein mit Landung auf beiden Füßen</li> <li>- Klettern</li> <li>- Jonglieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Balancieren (z. B. Balken, Bänken etc.)</li> <li>- Sprünge von verschiedenen Geräten (hoch, tief, weit)</li> <li>- Körperspannung</li> <li>- Rollbewegungen</li> <li>- Baumstamm heben</li> <li>- Parcours (der Boden ist Lava...)</li> <li>- Rückenschaukel</li> <li>- Vorwärtsrolle</li> <li>- Klettern an Seilen</li> <li>- An Ringen schwingen</li> <li>- Sprungparcours / Stationsarbeit</li> <li>- Kletter-Stationen (über Kästen, Sprossenwand, Bänke usw.)</li> <li>- Jonglieren mit Tüchern</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Kompetenzerwartung Die SuS...</b>	<b>Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen</b>
LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- laufen an verschiedenen Bedingungen angepasst</li> <li>- laufen in unterschiedlichen Geschwindigkeiten</li> <li>- machen erste Ausdauererfahrungen</li> <li>- unterscheiden zwischen Ruhepuls und Belastungspuls</li> <li>- werfen mit unterschiedlichen Bällen und Materialien</li> <li>- werfen auf Ziele (Zielwurf)</li> <li>- Schlagwurf</li> <li>- fangen mit beiden Händen und einer Hand</li> <li>- springen in die Weite und Höhe und landen dabei sicher</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 30m Lauf</li> <li>- Ausdauerlauf (z. B. Bahnhofspiel, Schätzlauf, Laufpyramide, Lauf ABC, Lauf im Märchenwald, Laufen auf Zeit)</li> <li>- Laufparcours (Hindernisse, Staffellauf über Kisten)</li> <li>- Ballschule</li> <li>- Partnerwerfen / -fangen</li> <li>- Weitwurf, Zielwurf</li> <li>- Verschiedene Wurfspiele</li> <li>- Weitsprung drinnen und draußen (Stand- und Schrittweitsprung)</li> <li>- Training für die Bundesjugendspiele</li> <li>- Bundesjugendspiele (oder alternatives Sportfest)</li> <li>- Laufabzeichen / Spendenlauf</li> </ul>
RHYTMISIEREN, GESTALTEN, TANZEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gestalten Bewegungen (z. B. mit oder ohne Material)</li> <li>- setzen Rhythmen in entsprechende Bewegungen um</li> <li>- bewegen sich nach einem bestimmten Takt</li> <li>- erkunden und reflektieren rhythmische und tänzerische Grundformen</li> <li>- nehmen visuelle, taktile und auditive Reize wahr und setzen diese in Bewegung um</li> <li>- bewegen sich zur Musik</li> <li>- realisieren tänzerische Bewegungen alleine, mit Partner oder in Gruppen</li> <li>- Seilspringen</li> <li>- gestalten, improvisieren und präsentieren rhythmische Bewegungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungslieder</li> <li>- Tierbewegungen (z. B. Pantomime)</li> <li>- Gehen, laufen, hüpfen, springen, drehen</li> <li>- Verschiedene Raumwege in der Halle erfahren, Richtungs- und Tempiwechsel umsetzen</li> <li>- Einfache Aufstellungsformen einüben</li> <li>- Einfache Formen des Seilspringens vorführen</li> <li>- Reifenübungen</li> <li>- Bewegung mit Tüchern</li> <li>- (Klassischer) Kindertanz</li> <li>- Stopptanz</li> <li>- Passende Bewegungen zur Musik</li> <li>- Kleine Tänze einüben</li> <li>- Polonaise</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Kompetenzerwartung Die SuS...</b>	<b>Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen</b>
RINGEN UND RAUFEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kämpfen fair</li> <li>- halten die festgelegten Regeln ein und reflektieren diese</li> <li>- gehen angemessen mit Sieg und Niederlage um</li> <li>- schätzen ihre Kräfte richtig ein legen gemeinsam mit der Lehrkraft entsprechende Regeln zum Kämpfen fest</li> <li>- spüren und beherrschen ihre Emotionen</li> <li>- verfügen über motorische und affektive Grundlagen im Raufen und Ringen</li> <li>- halten festgelegte Rituale vor und nach Kämpfen ein</li> <li>- können ihren Körper koordiniert einsetzen</li> <li>- respektieren (körperliche) Grenzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen zur Körperspannung und Gleichgewicht</li> <li>- Vertrauensspiele</li> <li>- Spiele mit viel Körperkontakt</li> <li>- schieben, ziehen, rollen, drehen</li> <li>- Tauziehen</li> <li>- Medizinballziehen</li> <li>- Krankenhausticker</li> <li>- Rücken an Rücken</li> <li>- Schildkröten umdrehen</li> </ul> <p>Stets mit anschließender Reflexion!</p>
ROLLEN, GLEITEN, FAHREN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- halten das dynamische Gleichgewicht</li> <li>- passen Bewegungsabläufe an das Roll-/Fahrgerät an</li> <li>- optimieren Bewegungsabläufe am Roll-/Fahrgerät</li> <li>- nutzen verschiedene Roll-, Gleit- und Fahrgeräte</li> <li>- Können sich mit verschiedenen Roll- und Gleitgeräten in der Halle und im Freien fortbewegen</li> <li>- helfen einander und kooperieren</li> <li>- orientieren und koordinieren sich in und auf Raumwegen</li> <li>- schätzen Geschwindigkeit und Risiken angemessen ein</li> <li>- halten Regeln im Umgang mit den Roll- und Gleitgeräten ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen mit Rollbrettern (rollen) und Teppichfliesen (gleiten)</li> <li>- Rollbrettführerschein</li> <li>- Rollbrettparcours</li> <li>- Winterspiele / Winterolympiade</li> <li>- Pedalos</li> <li>- Partnerspiele zum rollen und gleiten</li> <li>- Stationsarbeit</li> <li>- auf- und abbauen der Stationen mit Roll-, Fahr- und Gleitgeräten</li> <li>- Übungen zur Orientierungs-, Koordinierungs- und Reaktionsfähigkeit</li> </ul>

### Jahrgangsstufe 3/4

Die Bewegungs- und Themenfelder für Jahrgangsstufe 3/4 sind so strukturiert, dass sie auf die Bewegungs- und Themenfelder aus Jahrgangsstufe 1/2 aufbauen und diese fachlich festigen, ergänzen und erweitern.

In Jahrgangsstufe 3 wird außerdem verpflichtend für alle Schülerinnen und Schüler der MOBAK Bewegungscheck durchgeführt.

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Kompetenzerwartung Die SuS...</b>	<b>Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen</b>
SPIELEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kooperieren im Spiel (führen eine Rolle in der Mannschaft entsprechend aus)</li> <li>- spielen fair</li> <li>- gehen mit Sieg und Niederlage wertschätzend um</li> <li>- spielen mit- und gegeneinander</li> <li>- entwickeln eigene Spielideen</li> <li>- spielen mindestens ein großes Ballspiel (in vereinfachter Form) sportarten- und regelgerecht</li> <li>- nutzen Schläger und Bälle (Spielgeräte) im Spiel sachgerecht</li> <li>- beherrschen vielfältige Grundformen verschiedener Sportspiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielformen zum Fußball (Mini-Fußball, Turm-Fußball, Nummern Ball)</li> <li>- Spielformen zum Handball (z. B. 10er Ball, Ball über die Schnur, Nummern Ball, Matten Handball )</li> <li>- Spielformen zum Basketball (z. B. als Stationsarbeit)</li> <li>- Takeshi's Castle</li> <li>- Floorball / Hockey (als Stationsarbeit)</li> <li>- Wurf- und Fangtechniken</li> <li>- Spielformen zum prellen, passen und fangen</li> <li>- Brennball (Mattenberg, Geräte Brennball, Hindernis Brennball...)</li> <li>- Völkerball / 2 Felder Ball / Hütchen Völkerball</li> <li>- Merkball (in verschiedenen Variationen)</li> <li>- Panther Ball (ähnlich Völkerball)</li> <li>- Inselball</li> </ul>
TURNEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- lernen 3 turnerische Elemente und verbinden diese zu einer Kür</li> <li>- präsentieren die turnerischen Elemente in einer Kür flüssig</li> <li>- machen außergewöhnliche Körpererfahrung</li> <li>- gehen mit Wagnissen um</li> <li>- bewältigen bestimmte Bewegungsherausforderungen des Fliegens / Überkopfseins / schnellen Drehens kontrolliert</li> <li>- präsentieren akrobatische Kunststücke</li> <li>- benennen, transportieren und bauen Geräte auf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Akrobatik (in Kleingruppen und mit einem Partner)</li> <li>- Einzelelemente erlernen: Strecksprung, Hocksprung, Rolle vorwärts, Handstand, Radschlag, Einsprung und Absprung von einem Sprungbrett, Stützsprung aus dem Anlauf heraus (Hockwende am Kasten), einfache Hilfestellungen geben</li> <li>- Zirkusprojekt</li> <li>- Klettern an Tauen und Seilen</li> <li>- An Ringen schwingen</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Kompetenzerwartung Die SuS...</b>	<b>Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen</b>
LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- passen das Laufen unterschiedlichen Bedingungen an</li> <li>- erlernen und üben vielfältige leichtathletische Grundformen</li> <li>- werfen mit unterschiedliche Bällen und Materialien</li> <li>- werfen einen Ball einhändig und zielgerichtet an eine Wand und fangen den Ball wieder auf</li> <li>- springen in die Weite und Höhe und landen sicher</li> <li>- erfahren körperliche Reaktionen wie erhöhter Puls, Schwitzen, Seitenstechen und gehen angemessen damit um</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Staffelläufe</li> <li>- Orientierungslauf in der Halle und draußen</li> <li>- Lauf Pyramide</li> <li>- Schätzlauf</li> <li>- Glückslauf</li> <li>- Laufabzeichen</li> <li>- Spiele zum Ausdauerlaufen</li> <li>- Sprinten</li> <li>- Geländelauf / Crosslauf</li> <li>- Einführung und Festigung von Kurzstreckenlauf, Schlagwurf und Weitsprung</li> <li>- 6-Tage-Lauf</li> <li>- Bundesjugendspiele / alternatives Sportfest</li> <li>- Verschiedene Übungen zum Zielwurf (z. B. Balltreiben) und Schlagwurf</li> <li>- Weitsprung in der Halle</li> <li>- Zonenweitsprung draußen (Sprunggrube)</li> <li>- Standweitsprung</li> <li>- Aus verschiedenen Startpositionen los laufen</li> </ul>
RHYTMISIEREN, GESTALTEN, TANZEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- setzen Rhythmen in entsprechende Bewegungen um</li> <li>- gestalten rhythmische Bewegungen mit / ohne Handgerät</li> <li>- können mit- und vortanzen</li> <li>- gestalten Tänze mit vorgegebenen Schritten</li> <li>- nehmen visuelle, taktile und auditive Reize wahr und setzen diese in Bewegung um</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Seilspringen</li> <li>- Rhythmisches Springen</li> <li>- Aerobic und Step-Aerobic (Vor- und Nachmachen zur Musik)</li> <li>- kleine Tänze</li> <li>- Kindertänze</li> <li>- Bewegungslieder</li> <li>- Bewegen zur Musik</li> <li>- Großgruppentanz</li> <li>- bewegen zur Musik mit Handgeräten (z. B. Tücher)</li> <li>- Bewegungsgeschichten</li> <li>- Einen Tanz in (Klein-)Gruppen erarbeiten und präsentieren</li> <li>- Übungen mit Reifen</li> <li>- Bewegen wie Tiere (Pantomime)</li> <li>- Gummitwist</li> </ul>

Bewegungsfeld	Kompetenzerwartung Die SuS...	Inhalte mit Unterrichtsbeispielen / -ideen
RINGEN UND RAUFEN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- legen Regeln fürs Kräftermessen fest und halten diese ein</li> <li>- kämpfen fair</li> <li>- spüren und beherrschen ihre Emotionen</li> <li>- setzen die eigenen Kräfte situationsangemessen ein</li> <li>- gehen wertschätzend mit Sieg und Niederlage um</li> <li>- wenden Rituale vor, während und nach dem Kampf an</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- klug und geschickt kämpfen</li> <li>- Übernehmen Schiedsrichter Funktionen</li> <li>- Verschiedene Spielformen zum Kämpfen</li> <li>- schieben, ziehen, rollen, drehen</li> <li>- Mannschaftskämpfe</li> <li>- Krankenhaus Ticker</li> <li>- Schildkröte umdrehen</li> <li>- Karotten ziehen</li> <li>- Mattenkämpfe</li> <li>- Rücken an Rücken</li> <li>- Zieh- und Schiebekämpfe</li> <li>- Medizinball ziehen</li> <li>- Verschiedenen Rangelspiele</li> <li>- Kämpfen an Stationen unter verschiedenen Aufgabenstellungen und mit Besprechen der Regeln</li> </ul>
ROLLEN, GLEITEN, FAHREN	<ul style="list-style-type: none"> <li>- halten das dynamische Gleichgewicht</li> <li>- passen Bewegungsläufe an das Gerät an und optimieren diese</li> <li>- regulieren Körperschwerpunkt, Krafteinsatz und Geschwindigkeit</li> <li>- kennen Regeln zum Umgang mit Roll- und Gleitgeräten in der Halle sowie im Freien und halten diese ein</li> <li>- schätzen Risiken und Geschwindigkeit angemessen ein</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geräteparcours mit entsprechenden Roll- und Gleitgeräten</li> <li>- Rollbrettführerschein</li> <li>- Spiele mit Teppichfließen</li> <li>- Wintersport / Winterolympiade in der Halle</li> <li>- Schlittschuhfahren</li> <li>- Übungen mit kleinen und großen Pedalos</li> <li>- Partnerspiele zum Rollen und Gleiten</li> <li>- Auf- und Abbau der Stationen mit Roll- und Gleitgeräten</li> <li>- Übungen zur Orientierungs-, Koordinierungs- und Reaktionsfähigkeit</li> </ul>

An den Standorten des Schulverbands Oldenburg-Land findet der Schwimmunterricht ab Jahrgangsstufe 3 statt. Das Bewegungsfeld „Schwimmen“ ist in einem separaten Fachcurriculum aufgeführt.

## **Leistungsbewertung**

Die Zeugnisnote ergibt sich aus den im Unterricht gezeigten Leistungen.

Darunter zählen:

- persönlicher Fortschritt (entsprechen der individuellen körperlichen und koordinativen Fähigkeit)
- Anstrengungsbereitschaft
- Faire Verhaltensweisen + Rücksichtnahme
- Teamfähigkeit
- Hilfsbereitschaft

- Vollständige Ausrüstung
- Regelmäßige Teilnahme
- achten von Anweisungen

Es werden keine schriftlichen Leistungskontrollen geschrieben. Folgende Formen der Lernkontrolle im Sportunterricht statt zum Beispiel statt: Vorführen und Beobachten bestimmter Techniken sowie bewerten von Spielsituationen (z. B. Spielverständnis, Spielfähigkeit etc.)

### **Differenzierungs- und Fördermaßnahmen**

Differenziert wird im Sportunterricht z. B. durch kooperative Lernformen sowie über Berücksichtigung individueller motorischer und körperlicher Voraussetzungen. Je nach Individuum werden Leistungserwartungen entsprechend in ihrer Intensität, Quantität und Dauer angepasst.

### **Teilnahme an sportlichen Wettbewerben, fachliche Projekte und Lernen am anderen Ort**

Der Schulverband Oldenburg Land nimmt jährlich an folgenden sportlichen Veranstaltungen teil:

- Bundesjugendspiele
- Futsal-Turnier (bei Ausschreibung)
- Crosslauf (bei Ausschreibung)
- Handball-Turnier (bei Ausschreibung)
- Kreis-Grundschul-Sportfest (Leichtathletik, nach Ausschreibung)
- Schwimmunterricht über das ganze Schuljahr
- Lauftag / Spendenlauf (Laufabzeichen der AOK)
- Wandertage
- Schlittschuhfahren
- Basketball AG über das Winterhalbjahr
- Hütchen-Völkerball-Turnier mit der Warderschule Heiligenhafen (4. Klassen der Grundschulen + 5. Klassen der weiterführenden Schule)

### **Unterrichtswerke und Medien**

Der Sportunterricht findet in 4 Sporthallen (je 1 Halle pro Standort) sowie den dazugehörigen Sportplätzen statt. Außerdem stehen einfache Weitsprunggruben zur Verfügung. Die Sporthallen verfügen über eine übliche Geräte- und Kleingeräteausstattung. Das Hauptmedium des Sportunterrichts ist die Sprache; diese wird durch verschiedene Aufgaben-, Stations- und Geräteaufbaukarten unterstützt und visualisiert. Für das verpflichtende Testverfahren *MOBAK Bewegungsscheck* in Jahrgangsstufe 3 wird der Leitfaden des *MOBAK Bewegungsschecks* verwendet.

## **Fortbildungskonzept**

Die Sportlehrkräfte und die Sportfachschaftsleitung des Schulverbands Oldenburg-Land nehmen regelmäßig an schulinternen sowie außerschulischen Fortbildungen teil.