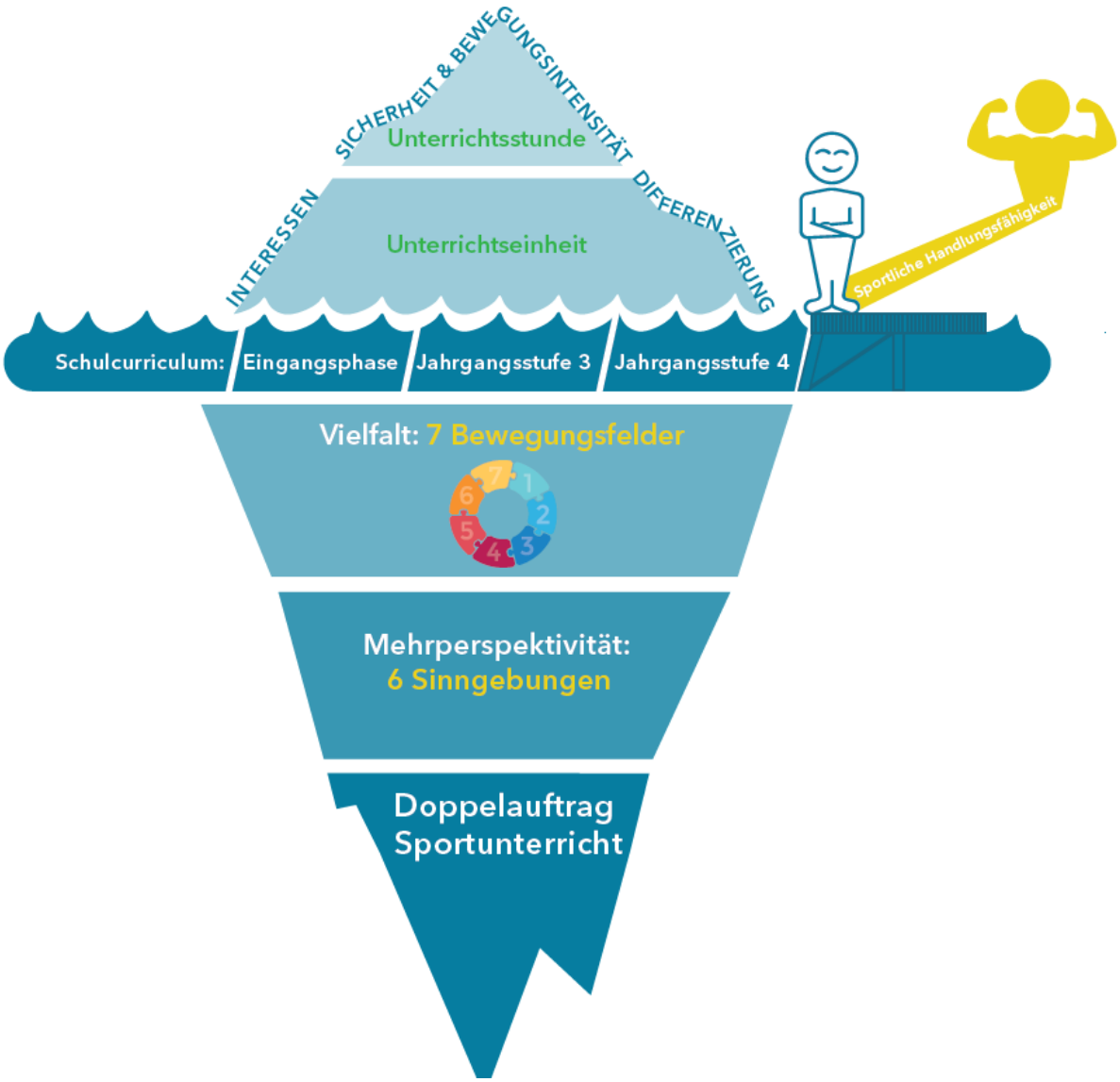
Klaus-Groth-Schule, Grund- und Gemeinschaftsschule der Stadt Heide in Heide - Schulinternes Fachcurriculum Sport - Primarstufe

Das Fach Sport in der Primarstufe



Aufgabe der Grundschule ist es, Fähigkeiten und Interessen der Schülerinnen und Schüler aufzugreifen und sie mit den fachlichen Anforderungen zu verbinden. Ziel des Unterrichts ist der systematische, alters- und entwicklungsgemäße Erwerb von Kompetenzen, die sich wiederum aufgliedern in Selbstkompetenz, Sozialkompetenz und Methodenkompetenz. „Gelingender Sportunterricht (…) zielt auf vielfältige motorische Lernprozesse ab, in denen zugleich Einsichten in Sport und Bewegung entwickelt werden und bei denen Schülerinnen und Schüler eine dauerhafte Motivation zum Sporttreiben entsteht.“ (Leitfaden zu den Fachanforderungen Sport, 2022, S.7) Ziel ist daher ein abwechslungsreiches, mehrperspektivisch ausgerichtetes Lernangebot.

Die Grundschule trägt eine Verantwortung für die körperlich-motorische Entwicklung der Schülerinnen und Schüler und bietet einen bedeutsamen und vielfältigen Zugang zu Bewegung, Spiel und Sport. Sie soll Bewegung, Spiel und Sport zur individuellen Entwicklungsförderung einsetzen und den Schülerinnen und Schülern die Chance bieten, durch den Sportunterricht einen Zugang zur Bewegungs- und Sportkultur zu erhalten. Dieser „Doppelauftrag“ (kurz: Erziehung durch und zu Sport) sei durch einen möglichst hohen Bewegungsumfang und eine hohe Bewegungsintensität zu realisieren.

„Lernen im frühen Kindesalter bedeutet in erster Linie Lernen über Wahrnehmung und Bewegung. Von Anfang an nehmen Kinder die Welt über ihre Sinne und ihren Körper wahr. Indem sie sich bewegen, entdecken sie räumliche Zusammenhänge, lernen Eindrücke zu ordnen und erfahren sich selbst. Die Welt der Kinder ist eine Welt des Spielens und der Bewegung. Bewegungslernern beginnt in der frühkindlichen Erziehung im familiären oder institutionalisierten Umfeld. Es gibt viele Möglichkeiten, Bewegungserfahrungen zu sammeln. So könnten in den folgenden Bereichen zum Phänomen Bewegung Vorerfahrungen bestehen: Raumerkundung und Sportgeräteerfahrung, Phantasie und Selbstwirksamkeit, Wagnis, Rhythmus oder sportliche Interaktion. Je nach individueller Sozialisation gibt es zudem Vorerfahrungen im Radfahren und Schwimmen. Der Sportunterricht in der Primarstufe berücksichtigt diese unterschiedlichen Lernausgangslagen, indem Methoden der Differenzierung eingesetzt werden (…). Um die Entfaltungsmöglichkeiten der Geschlechterrollen im Sinne der Gleichstellung zu ermöglichen, wird Sportunterricht **grundsätzlich koedukativ** erteilt.“
(Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.9)
Die Schülerinnen und Schüler sollen im bestmöglichen Fall durch den Sportunterricht zu lebenslangen Sporttreiben motiviert werden. Dieses Ziel kann neben der Beachtung der traditionellen Kernbereiche unter anderem auch durch die Berücksichtigung aktueller bzw. zeitgemäßer Bewegungs- und Sportformen erreicht werden.
Folgende pädagogische Sinnperspektiven (diese sind ausformuliert im Leitfaden S. 8 ff.) sind dabei leitgebend:
- „Bewegungserfahrungen erweitern, Wahrnehmungsfähigkeit verbessern
- sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten
- etwas wagen und verantworten
- das körperliche Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
- kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

(…) Diese Mehrperspektivität gilt es im Unterricht, der sich sieben Bewegungsfeldern [Spielen, Turnen, Laufen Springen Werfen, Schwimmen, Rhythmisieren Gestalten Tanzen, Raufen und Ringen, Rollen Gleiten Fahren] zuwendet, zu verwirklichen.
(Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.11)

Anforderungsbereiche
Zugleich findet eine Unterscheidung in drei Anforderungsbereiche statt, die sich danach richten, wie selbstständig die Schülerinnen und Schüler mit dem Gelernten umgehen. Sportunterricht in der Grundschule wird abhängig von der Lerngruppe, dem Lerngegenstand und dem Lernfortschritt in den jeweiligen Anforderungsbereichen geplant. Die Lehrkräfte nutzen die jeweiligen Operatoren, sodass alle Schülerinnen und Schüler am Unterricht teilhaben können.

„Anforderungsbereich I
Der Anforderungsbereich I umfasst das Wiedergeben von Gelerntem aus einem begrenzten Zusammenhang und das Anwenden geübter Bewegungs- und Spielelemente.
Dazu gehören:
· das Nachahmen und Demonstrieren gelernter Bewegungsabläufe und
· das Benennen von Bewegungsmerkmalen, Regeln und Handlungsabläufen.
Lehrkräfte verwenden zum Beispiel folgende Operatoren: zeigen, nachmachen, beschreiben, benennen.

Anforderungsbereich II
Der Anforderungsbereich II umfasst das Anwenden von Gelerntem unter vorgegebenen Gesichtspunkten auf bekannte und vergleichbare Situationen. Dazu gehören:
· das Verstehen, Anwenden und Kombinieren bekannter Bewegungsabläufe und
· das Handeln nach Regeln.
Lehrkräfte verwenden zum Beispiel folgende Operatoren:
üben, gestalten, erklären, vergleichen, ordnen.

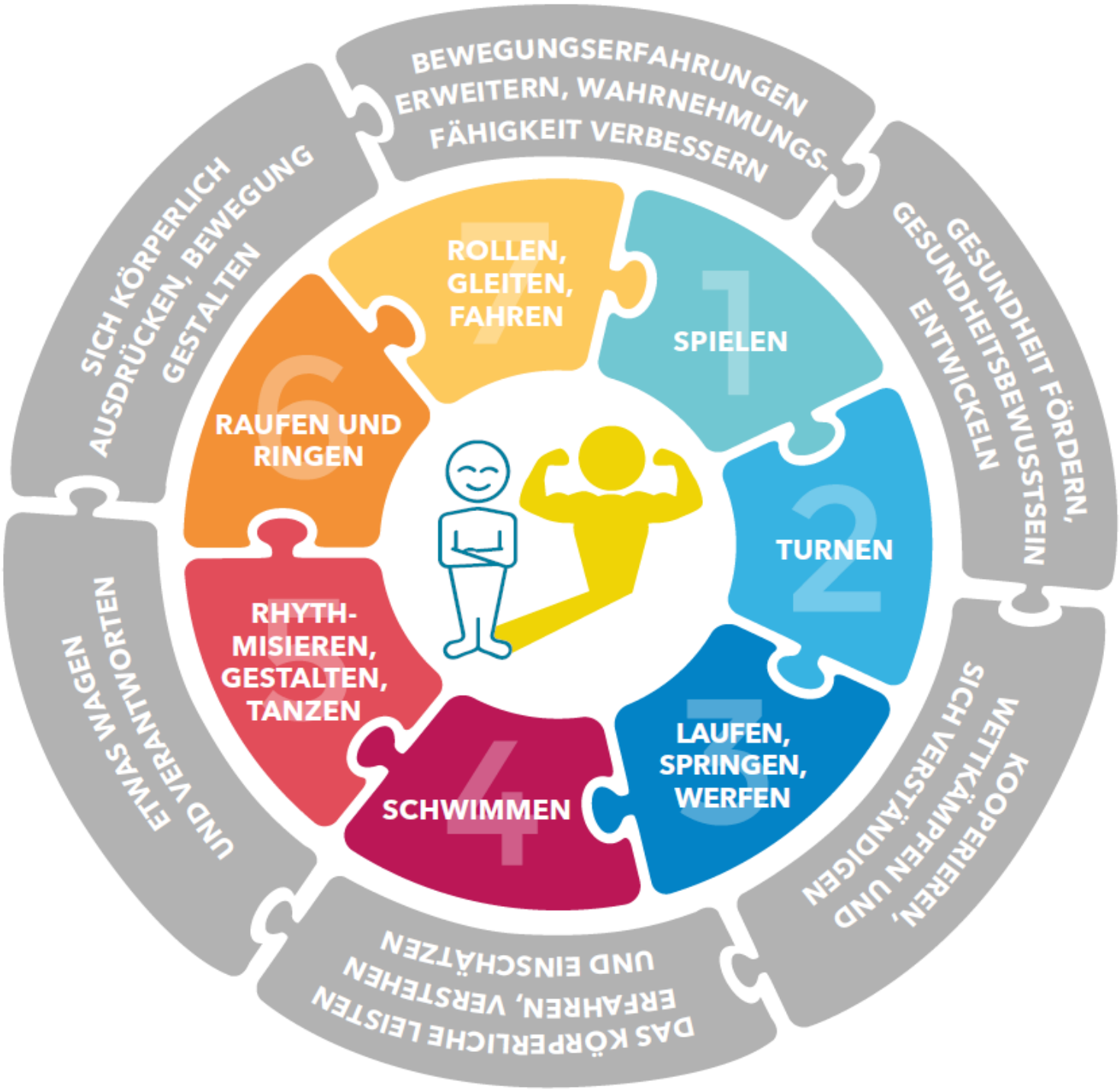
Anforderungsbereich III
Der Anforderungsbereich III umfasst das planmäßige und selbstständige Erarbeiten komplexerer Aufgabenformate. Um die Aufgaben zu lösen, werden aus den gelernten Methoden und Lösungen passende ausgewählt. Dazu gehören:
· das Übertragen von Bewegungen in neue Situationen,
· das eigenständige Lösen von Bewegungsaufgaben,
· das Antizipieren und Bewerten fremder und eigener Bewegungshandlungen und
· das Entwickeln von Regeln in neuen Handlungssituationen.
Lehrkräfte verwenden zum Beispiel folgende Operatoren:
entwickeln, prüfen, entscheiden, beurteilen, unterstützen.“
(Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.11)

Sport in der Eingangsphase
In der Eingangsphase hat die Schulung der koordinativen Fähigkeiten einen besonderen Stellenwert, da diese die Grundlage und Voraussetzung für jegliches Sporttreiben bilden. Die Schülerinnen und Schüler sollen durch vielfältige Bewegungserfahrung in überwiegend spielerischer Form eine positive Einstellung zu ihrer eigenen körperlichen Leistungsfähigkeit und dem Treiben von Sport im Allgemeinen entwickeln. Miteinher gehen die Förderung und Ausbildung der sozialen und personalen Kompetenzen. Eine Differenzierung auf Grund der unterschiedlichen Voraussetzungen ist dabei unumgänglich und so zu gestalten, dass möglichst alle Schülerinnen und Schüler gefördert und gefordert werden. „Dem Verstehen sportlichen Handelns kommt im Sportunterricht eine besondere Bedeutung zu. Der Sportunterricht wird daher so gestaltet, dass die Schülerinnen und
Schüler die Möglichkeit erhalten, sich zu Unterrichtsinhalten zu äußern und mit der Lehrkraft dazu auszutauschen.“ (Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.12)

Kompetenzbereiche
Der Erwerb sportlicher Handlungsfähigkeit in Bewegung, Spiel und Sport umfasst inhaltsbezogene und prozessbezogene Kompetenzen, die in unterschiedlichen Bewegungsfeldern des Sports zur Entfaltung kommen. Die Fachanforderungen geben prozess- und inhaltsbezogene Kompetenzen vor, die in sieben

Bewegungsfeldern zur Entfaltung kommen und die Schülerinnen und Schüler handlungsfähig machen.
Die prozessbezogenen Kompetenzen befähigen die Schülerinnen und Schüler dazu, Sport zu treiben. Über inszenierte Lernprozesse erwerben die Schülerinnen und Schüler soziale und methodische Kompetenzen. Sie „kommunizieren, argumentieren und reflektieren zu Bewegungshandlungen, Regeln und Abläufen. Sie nutzen motorische Handlungen, um sich und andere wahrzunehmen, Bewegungen zu gestalten sowie sich und ihren Körper zu präsentieren. Diese Herangehensweise ermöglicht es den Schülerinnen und Schülern zunehmend, situationsangepasst auf Bewegungsanforderungen zu reagieren und sich verantwortungsbewusst zu verhalten. Auf dieser Grundlage erleben sich Schülerinnen und Schüler als selbstwirksam, können demnach selbständig sportlich agieren, Informationen verarbeiten und damit situativ angemessen handeln. Insgesamt tragen vielfältige Sporterfahrungen in einem prozessorientiert angelegten Sportunterricht zur Stärkung der Persönlichkeit
und zur Selbständigkeit bei.“ (Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.13)
Der Begriff der inhaltsbezogenen Kompetenzen ist differenziert zu verstehen. Neben den motorischen übergeordneten Fähigkeiten und konkreten Fertigkeiten sind auch Einstellungen und spezifische Kenntnisse gemeint. Die inhaltsbezogenen Kompetenzen beziehen sich auf die grundlegenden motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten, deren Lernprozesse über die Inhalte der sieben Bewegungsfelder realisiert werden, das bedeutet, in den Bewegungsfeldern ist der Erwerb übergeordneter Kompetenzen jeweils das Ziel.

Inhalts- und prozessbezogene Kompetenzen werden in der Auseinandersetzung mit den Themen der sieben Bewegungsfelder erworben. Der Schwerpunkt „sich fit halten“ nimmt eine Sonderstellung ein, da dieser alle Bewegungsfelder überspannt und daher integrativ vermittelt wird.


BEWEGUNGSERFAHRUNGEN ERWEITERN, WAHRNEHMUNGS-FÄHIGKEIT VERBESSERN
GESUNDHEIT FÖRDERN, GESUNDHEITSBEWUSSTSEIN ENTWICKELN
WETTKÄMPFEN UND KOOPERIEREN, SICH VERSTÄNDIGEN
DAS KÖRPERLICHE LEISTEN ERFAHREN, VERSTEHEN UND EINSCHÄTZEN
ETWAS WAGEN UND VERANTWORTEN
SICH KÖRPERLICH AUSDRÜCKEN, BEWEGUNG GESTALTEN
1 SPIELEN
2 TURNEN
3 LAUFEN, SPRINGEN, WERFEN
4 SCHWIMMEN
5 RHYTH-MISIEREN, GESTALTEN, TANZEN
6 RAUFEN UND RINGEN
7 ROLLEN, GLEITEN, FAHREN

Leistungsbewertung

„Eine Leistungsbewertung findet nicht erst am Ende des Lernprozesses, sondern regelmäßig im Rahmen einer Unterrichtseinheit statt. Die auf dieser Grundlage erfolgende kontinuierliche Rückmeldung an Schülerinnen und Schüler zur Kompetenzentwicklung, zum Lernprozess und zur Selbststeuerung ist als grundsätzliches Vorgehen ebenfalls - zum Beispiel auf Elternabenden - den Erziehungsberechtigten transparent zu machen. (…) Voraussetzung für eine fundierte Leistungsbewertung ist das systematische Beobachten von Bewegungshandlungen der Schülerinnen und Schüler durch die Lehrkraft. Dies geschieht in Bezug auf die angestrebten Kompetenzen anhand transparenter Kriterien auf dem Niveau der entsprechenden Jahrgangsstufe, die im schulinternen Fachcurriculum festgelegt sind. In diesem Sinne stehen im Unterricht die Diagnostik und das Feedback im Vordergrund. Selbst- und Fremdeinschätzung gehören zu einer dialogischen Leistungsrückmeldung.
Der Gesamteindruck für die Leistungsbewertung ergibt sich
· aus dem jeweiligen Können,
· aus dem Lernverhalten, das die Bereitschaft, den Leistungswillen und die sozialen Verhaltensweisen umfasst sowie
· aus dem Lernfortschritt, der auch die Abhängigkeit von der körperlichen Voraussetzung und von der Entwicklung der Schülerin oder des Schülers berücksichtigt.
Basis für die Leistungsbewertung im Sportunterricht sind praktisch und mündlich erbrachte Unterrichtsbeiträge in den Bereichen Fähigkeiten, Fertigkeiten, Kenntnisse und Einstellungen. Im Rahmen dieser genannten inhaltsbezogenen Kompetenzen lassen sich die prozessorientierten Kompetenzen erfassen. Zu den Unterrichtsbeiträgen zählen unter anderem:

	inhaltsbezogene Kompetenzen		**prozessbezogene Kompetenzen**
Fähigkeiten und Fertigkeiten	Sportliche Leistung in den Sportarten hinsichtlich: · erfolgreiche Teilnahme, zum Beispiel im Bewegungsfeld Spielen · Weiten, Zeiten, zum Beispiel Springen, Schwimmen · Schwierigkeit, Bewegungsqualität, zum Beispiel Turnen, Tanzen · Effizienz, zum Beispiel Raufen, Ringen		Steigerung der sportlichen Leistungen während des Unterrichtszeitraums unter Berücksichtigung der unterschiedlichen Leistungsniveaus
			Lernfähigkeit bezogen auf unbekannte Bewegungsformen
			Vielseitigkeit als Erweiterung des sportlichen Leistungsspektrums
Einstellungen	Anstrengungsvermögen		Lernbereitschaft
	Selbstständigkeit		Kooperationsfähigkeit und gewaltfreie Kommunikation
	Zuverlässigkeit		Hilfsbereitschaft: Schwächere akzeptieren und unterstützen, Stärkere anerkennen
Kenntnisse	Sach- und Regelkenntnisse	Spielverständnis	Einsichtiges Handeln in Lern- und Trainingsprozessen

Die ausschließliche Bewertung einer rein fertigkeitsorientierten Leistung ist vor diesem Hintergrund nicht zulässig. So soll in Bewertungssituationen darauf geachtet werden, dass die übergeordneten Kompetenzen der Bewegungsfelder Beurteilungsgegenstand sind. Hierfür müssen mehrere Einzelkompetenzen in einer Bewertungssituation berücksichtigt werden und Grundlage für eine Bewertung sein. Die Ermittlung einer Beurteilung oder Note im Zeugnis erfolgt anhand der jeweils aktuell gültigen Vorgaben und beruht auf den nachvollziehbar dokumentierten Leistungen der Schülerinnen und Schüler aus Unterrichtsbeiträgen.
Die Leistungsbewertung ist eine pädagogisch- fachliche Bewertung aller Unterrichtsbeiträge im Sportunterricht und geschieht auf der Grundlage entsprechender Verordnungen und Erlasse. (Fachanforderungen Sport Primarstufe, 2020, S.32)

Inklusion
Aus inklusiver Perspektive steht die möglichst optimale Förderung aller Schülerinnen und Schüler im Mittelpunkt. Dieses individualisierte Lernen gelingt besser, wenn sich die didaktische und methodische Strukturierung an der „vollständigen Lernhandlung“ ausrichtet. Diese ist nach den Phasen Orientierung, Aneignung und Reflexion strukturiert.
In der Orientierungsphase thematisiert man die Bedeutung des aktuellen Lerngegenstandes bzw. macht ihn bedeutsam. Auch das Ziel mit den Indikatoren für die Zielerreichung ist bereits herauszustellen. Dafür wird auch der von der Lehrkraft vorgegebene Plan thematisiert, wie dieses Ziel erreicht werden soll.
Dieses planmäßige Üben mit Blick auf das Lernziel findet dann in der Aneignungsphase statt.
In der Reflexionsphase geht es darum, das bisherige Ergebnis und den Lernweg zu betrachten, um daraus Konsequenzen für den eigenen Lernprozess abzuleiten.
Unter einem inklusiven Blickwinkel unterscheiden sich die Lernenden in Bezug auf das Erkennen der Bedeutungsbeimessung, das Übernehmen von Zielen, die Gestaltung von Plänen zur Zielerreichung und deren Ausführung, in der Kooperation mit anderen und in der Reflexion des Erreichten.
Schülerinnen und Schüler mit Lernschwierigkeiten benötigen daher wahrscheinlich Unterstützung, beispielsweise durch die Berücksichtigung der Anforderungsbereiche und differenzierte Maßnahmen. Lernraster können ebenfalls due Selbstwirksamkeitserfahrungen der Lernenden voranbringen., Solche Instrumente sollten dann mit Resilienzfaktoren wie Selbstwert („Ich kann!“) und Selbstwirksamkeit („Ich habe geschafft!“) ausgestattet werden.
(Leitfaden zu den Fachanforderungen Sport, 2022, S. 14)

Bewegungschecks
Um die Schülerinnen und Schüler gezielt in ihrer motorischen Entwicklung zu fördern, bedarf es einem auf die Lerngruppe zugeschnittenen Sportunterricht, der wiederum eine Analyse der motorischen Leistungsfähigkeit, des Bewegungskönnens sowie der Bewegungserfahrungen voraus. Motorische Diagnoseverfahre mit wissenschaftlicher Absicherung können dabei unterstützend sein. So erhaltene Testergebnisse liefern Informationen, anhand derer die Sportlehrkräfte ihren Unterricht an die Voraussetzungen ihrer Schülerinnen und Schüler anpassen können. Zusätzlich kann so auch den Schülerinnen und Schülern sowie den Eltern eine differenzierte Rückmeldung gegeben werden. Wichtig ist allerdings, zu beachten, dass Informationen, die über Bewegungschecks erhoben werden, keine Grundlage für die Notenvergabe bzw. die Leistungsrückmeldung in Bezug auf die Zeugnisse liefern.
Diese Bewegungschecks können in allen dritten Jahrgangsstufen selbstständig durchgeführt werden, die Ergebnisse sind dann als Unterstützungsinstrument nutzbar, mit dem gezielt motorische Stärken und Entwicklungsfelder erkannt werden können, um individuell passende Fördermöglichkeiten angeboten werden.
Als Bewegungscheck an der Grundschule wird ein Test zur Erfassung der motorischen Basiskompetenzen eingesetzt (MOBAK 1-4). Diese Basiskompetenzen unterteilen sich in die Bereiche „Etwas Bewegen“ und „Sich Bewegen“. Beide sind nicht direkt beobachtbar sondern können nur durch beobachtbare Indikatoren erschlossen werden. Diese Indikatoren werden dann als motorische Basisqualifikationen (MOBAQ) bezeichnet. Sie stellen die Testaufgaben dar, die im Rahmen der Bewegungschecks eingesetzt werden können. Mithilfe der acht Testaufgaben ist eine gezielte Diagnostik der motorischen Basiskompetenzen

möglich. Die Testaufgaben lassen sich im Rahmen einer Schulstunde in einer Sporthalle als Stationsbetrieb durchführen. Weitere Hinweise zur Durchführung sind dem Leitfaden (S. 101 ff.) zu entnehmen.

MOBAK	Etwas-Bewegen			
	Zielwerfen (1)	Werfen und Fangen (2)	Prellen (3)	Dribbeln (4)
Qualifikation	Ein kleines Objekt gezielt treffen können.	Einen Ball in der Bewegung fangen können.	Einen Ball kontrolliert prellen können.	Einen Ball kontrolliert dribbeln können.
Testaufgabe	Das Kind wirft von der Abwurflinie aus sechs Jonglage-Bälle auf die drei Meter entfernte Zielscheibe.	Das Kind wirft von der Startlinie aus einen Ball in die Höhe, läuft dem Ball hinterher und fängt diesen hinter der zweiten Markierung auf.	Das Kind prellt um die Hindernisse herum von der Startmarkierung zum Hütchen und wieder zurück, ohne den Ball zu verlieren.	Das Kind dribbelt um die Hindernisse herum von der Startmarkierung zum Hütchen und wieder zurück, ohne den Ball zu verlieren.
Kriterien	Berührung der Zielscheibe zählt als Treffer. Überkopfwurf. Abwurflinie darf nicht übertreten werden.	Der Ball wird direkt aus der Luft gefangen. Beim Fangen muss mindestens ein Fuß auf oder über der zweiten Markierung sein.	Der Ball darf mit der linken oder rechten Hand geprellt werden. Der Ball darf nicht gehalten werden, nicht verloren gehen und den Korridor nicht verlassen. Hindernisse dürfen berührt werden, wenn der Bewegungsfluss nicht unterbrochen wird.	Flüssiges Gehen: Der Ball darf nicht verloren gehen und den Korridor nicht verlassen. Hindernisse dürfen berührt werden, wenn Bewegungsfluss nicht unterbrochen wird.
Bewertung	sechs Versuche, Anzahl der Treffer wird notiert.	sechs Versuche, Anzahl der Treffer wird notiert.	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Testaufbau	Eine Zielscheibe wird in 1.3 m (Unterkante) Höhe aufgehängt. 3.0 m vor der Zielscheibe wird eine Abwurflinie markiert.	Zwei Linien werden im Abstand von 1.5 m zueinander mit Klebeband markiert, z.B. Rand des Freiwurfkreises und Freiwurflinie.	Mittels Klebeband markierter Korridor (7.5 m x 1.4 m). Hindernisse 70 cm breit, im Abstand von jeweils 1.5 m. Hütchen als Endmarkierung.	Mittels Klebeband markierter Korridor (7.5 m x 1.4 m). Hindernisse 70 cm breit, im Abstand von jeweils 1.5 m. Hütchen als Endmarkierung.
Material	· 6 Jonglage-Bälle · 1 Zielscheibe (Durchmesser: 40 cm) · Klebeband	· 1 kleiner Gymnastikball (Durchmesser: 17 cm)	· Klebeband · 1 kleiner Basketball (Größe 3, Durchmesser: 17 cm) · 4 Hindernisse (8 Stangen, 4 T-Shirts) · 1 Hütchen · Klebeband	· 1 Fußball · 4 Hindernisse (8 Stangen, 4 T-Shirts) · 1 Hütchen · Klebeband

Übersicht über Testaufgaben zu Etwas Bewegen (Herrmann & Gerlach 2014).

MOBAK	Sich-Bewegen			
	Balancieren (5)	Rolle auf Kasten (6)	Seilspringen (7)	Achterlaufen (8)
Qualifikation	Über eine Langbank balancieren können.	Aus dem Absprung vorwärts rollen können.	Am Ort Seilspringen können.	Im Laufen die Laufform verändern können.
Testaufgabe	Das Kind überquert die Langbank, ohne die Bank zu verlassen.	Das Kind turnt aus dem Absprung eine Rolle vorwärts über ein längsgestelltes Kastenpaar.	Das Kind springt 20 Sekunden am Ort.	Das Kind läuft den Markierungen entlang jeweils vorwärts oder seitwärts um die Hütchen herum.
Kriterien	Flüssiges, normales Gehen ohne stehen zu bleiben, oder hinunterzufallen. Keine Nachstellschritte. Tetrapacks müssen überschritten werden. Tetrapacks dürfen nur seitlich berührt werden.	Beidbeiniger Absprung aus dem Stand. Flüssige Rollbewegung. Kein seitliches Abrollen.	20 Sekunden lang kontinuierlich auf der Stelle ohne Unterbrechung oder Fehler springen. Sprungform ist frei wählbar.	Auf den Seitenmarkierungen Vorwärts-Schritte, auf den Diagonalen Sidesteps. Flüssiger Wechsel zwischen den Laufformen. Flüssige Vorwärts-Schritte und Sidesteps.
Bewertung	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.	zwei Versuche, Anzahl der bestandenen Versuche wird notiert.
Testaufbau	Eine Langbank liegt umgedreht auf dem Boden. Darauf werden zwei Tetrapacks mit der breiten Seite nach unten in jeweils 1.0 m Entfernung vom Anfang und vom Ende aufgeklebt.	Zwei zweiteilige Kästen stehen längs nebeneinander. Sie sind mit einer Matte bedeckt und mit einer Matte dahinter abgesichert.	Springseile liegen auf einer freien Fläche bereit.	Vier Hütchen bilden ein Rechteck (2.0 m x 4.0 m). Die kurzen Seiten und die Diagonalen sind mit Klebeband markiert.
Material	· 1 Langbank · 2 Tetrapacks (ca. 20 cm x 10 cm) · Klebeband	· 2 zweiteilige Kästen · 2 Turnmatten	· Springseile · Stoppuhr	· 4 Hütchen · Klebeband

Übersicht über Testaufgaben zu Etwas Bewegen (Herrmann & Gerlach 2014).

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	**Block 1**	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	**1 Spielen** (wenig Mannschaftsspiele!) - Kleine (Kennenlern-)Spiele - Kooperative Spiele - Fangspiele - Laufspiele - Platzwechselspiele	**3 Laufen, Springen, Werfen** - Vorbereitung Stadtlauf: Ausdauerndes Laufen	**1 Spielen** - Ballgewöhnung / kleine Ballspiele (z.B. kooperative Spiele, Abwurfspiele, kleine Spiele, Staffelspiele)	**2 Turnen** - Einführung Kleingeräte (Matten, kleine Kästen, Langbänke) -stützen, balancieren, rollen, kontrolliert abspringen **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - rhythmische Bewegungen
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	- Einführung von verbindlichen Regeln und Ritualen (Verhalten vor der Halle, in der Umkleide, vor Stundenbeginn; Kleidung und Schmuck (z.B. keine Stoppersocken erlaubt); Startzeichen; Reflexionsregeln (z.B. ohne Namensnennungen)	- spielerische Ausdauerschulung! - ausdauerndes Laufen mit Ablenkungen (z.B. Witze erzählen, Rätsel, Turmbauen, Ausmalen, Rechenrahmen, Würfeln, Ja-Nein-Spiel)	- verschiedene Schwierigkeitsstufen mit möglichst vielfältigen Bällen ermöglichen - jedem SuS möglichst individuelle und lange Ballübungszeit ermöglichen	- das sichere Auf- und Abbauen muss unbedingt geübt werden! - rhythmisches Laufen und Bewegen (laufen, hüpfen, klatschen, Seilspringen) mit und ohne Musik
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	- Reflexion über die Einhaltung von Spielregeln - Reflexion über die Anpassung von Spielregeln - Kennen verschiedene Spiele zum Erwärmen und Abschluss einer Stunde	- Reflexion über angemessenes Lauftempo (Wie läufst du möglichst lange?) - Unterscheidung Laufen/Gehen	- Reflexion über verschiedene Bälle und deren Eigenschaften (welche Übung mit welchem Ball) - Aushalten von Misserfolgen - Bälle korrekt benennen	- Geräte benennen, sachgerecht und sicher auf- und abbauen
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Allgemeine Spielfähigkeit - eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen - Spielregeln vereinbaren und einhalten - miteinander und gegeneinander fair spielen	- KGS-Laufabzeichen - Körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen - Teilnahme am Heider Abendstadtlauf (ggf. Kooperation mit dem Sportverein oder dem OGT)	- Bewegungschecks - Einhaltung, Vereinbarung und ggf. Änderung oder Anpassung von Spielregeln - miteinander und gegeneinander fair spielen	-eigenes Körpergewicht halten und stützen - erste turnerische Bewegungsformen (bzw. die Grobform) erlernen (Rolle vorwärts und seitwärts, Stützvariationen), Synchronturnen - rhythmisches Laufen und Hüpfen - Geräte nach einem Aufbauplan aufbauen

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	**Block 5**	**Block 6**	**Block 7**	**Block 8**
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	**2 Turnen** - ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Klettern, Hangeln, Balancieren, Schwingen und Springen selbstsichernd bewältigen - erstes Kennenlernen von den Grundbewegungen des Handstands, Radschlags und des Sprungs (Hockwende auf/über den Längskasten)	**7 Rollen, Gleiten, Fahren** - Bewegen auf gleitenden Geräten (Teppichfliesen, Pedalos) - bei trockenem Wetter ist auch der Einsatz der „roten“ Fahrzeuge auf dem Schulhof möglich	**6 Raufen und Ringen** - sich fair mit seinen Mitschülerinnen und Mitschülern messen **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - akrobatische Bewegungen mit und ohne Handgerät realisieren **1 Spielen** - Wiederholung kleiner Spiele	**3 Laufen, Springen, Werfen** - mit unterschiedlichen Bällen weit werfen - in die Weite springen - das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen - Reaktionsfähigkeit **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - Tanz für das Vogelschießen
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	- das sichere Auf- und Abbauen muss unbedingt geübt werden! - vielfältige und differenzierte Aufgaben schaffen Erfolgserlebnisse und Lernfortschritte für alle SuS - korrekte Nutzung der Sprungbretter trainieren - Sicherung der Sprungbewegung! - Einsatz des Minitrampolins nur bei entsprechender Aus-/Fortbildung	- unbedingt auf Sicherheit achten (zusammengebundene Haare, Kleidung, Schmuck, wo werden die Hände aufgesetzt usw.) - Einteilung der Fahrbereiche auf dem Schulhof, Sicherheitsschulung und-Verkehrsregelung vorab klären	- vorab unbedingt eine Einheit zur Körperspannung/-kontakt und zum gegenseitigen Vertrauen durchführen - die Vokabel „kämpfen“ durch sich messen, trainieren, üben, ringen, spielen, raufen o.ä. ersetzen - unbedingt möglichst unbefangen koedukativ unterrichten (häufige Partnerwechsel) - mit Alltagsmaterialien, Tüchern, Luftballons etc. jonglieren und/oder sich rhythmisch bewegen	- wenn möglich, draußen trainieren - unterschiedliche Bälle, Lauf- und Sprungvariationen anbieten
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	- Geräte benennen, sachgerecht und sicher auf- und abbauen - eigenen Lernfortschritt beschreiben und planen	- „Verkehrsregeln“ benennen und einhalten - Reflexion von (möglichst langen) Gleitphasen	- wenige, klare Regeln definieren (Stopp-Regel, Kleidung, Schmuck, Anfangsritual und Verabschiedung nach jeder Übung) - Reflexion der verschiedenen Taktiken	- körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen - Wurfbewegungen untersuchen und bewerten
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	- Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren - mit Wagnis und Risiko selbstsichernd umgehen - Kompetenzraster mit abgestuften Schwierigkeiten selbstständig ausfüllen (s.o.)	- sich mit einem gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen - sich nach dem Beschleunigen auf einem gleitenden Gerät im Gleichgewicht halten	- Einhaltung von Regeln und Ritualen - Zulassen von Körperkontakt	- Wurfbewegungen erproben und trainieren - Weitsprung (Koordination von Lauf- und Sprungbewegungen) - Laufen (ausdauernd und schnell) - etwas leisten bei einem Bundesjugendspiele-Wettbewerb (nicht Wettkampf!)

Das schulinterne Sport-Fachcurriculum der Grundschule **Fachliche Konkretisierung im 3./4. Schuljahr**

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	**Block 1**	**Block 2**	**Block 3**	**Block 4**
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	**1 Spielen** - Kleine Spiele - Kooperative Spiele - Fangspiele - Laufspiele - Entwicklung/Variation von eigenen Spielen	**3 Laufen**, Springen, Werfen - Vorbereitung Lauftag: Ausdauerndes Laufen - ggf. Vorbereitung auf den Heider Abendstadtlauf **3 Laufen / 2 Turnen** Vorbereitung und Durchführung der Dithmarscher Kinderolympiade	**1 Spielen** - Ballgewöhnung / kleine Ballspiele (z.B. kooperative Spiele, Abwurfspiele, kleine Spiele, Staffelspiele) - Einführung von Mannschaftsspielen wie z.B. Völkerball (Variationen!!!), Brennball (Regelanpassung beim Wechsel!!!), Handball, Fußball, Floorball, Rückschlagspiele (vorab Spielformen zum Prellen/Dribbeln/Passen/Freilaufen)	**2 Turnen** - turnerische Bewegungsformen erlernen und verbinden - Übungsreihe Handstand, Vertiefung der Rollbewegungen - akrobatische Bewegungen mit und ohne Gerät realisieren **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - rhythmische Bewegungen (Springseil springen)
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	- Einführung von verbindlichen Regeln und Ritualen (Verhalten vor der Halle, in der Umkleide, vor Stundenbeginn; Kleidung und Schmuck (z.B. keine Stoppersocken erlaubt); Startzeichen; Reflexionsregeln (z.B. ohne Namensnennungen))	- spielerische Ausdauerschulung - ausdauerndes Laufen mit Ablenkungen (z.B. Witze erzählen, Rätsel, Turmbauen, Ausmalen, Würfeln, Ja-Nein-Spiel)	- große Ballspiele in vereinfachter Form regel- und sportartgerecht spielen - Bälle und Schläger im Spiel sachgerecht nutzen - möglichst kleine, häufig wechselnde Mannschaften auf kleinen Feldern spielen lassen, ggf. auf mehrere Ziele	- das sichere Auf- und Abbauen muss unbedingt geübt werden! - mit einem Partner ein akrobatisches Kunststück üben und präsentieren (mit Kleingeräten oder Handgeräten/als Zirkusspiel) - Sicherungs- und Haltegriffe beim Üben mit einem Partner sicher anwenden - SkippingHearts-Workshop
Fachsprache, Operatoren und Reflexion	- Reflexion über die Einhaltung von Spielregeln - Reflexion über die Anpassung und Entwicklung von eigenen Spielregeln - Kennen verschiedene Spiele zum Erwärmen und Abschluss einer Stunde (ggf. Planung und Anleitung von Erwärmungsphase?)	- Reflexion über angemessenes Lauftempo (Wie läufst du möglichst lange?) - Unterscheidung Laufen/Gehen	- Reflexion über verschiedene Bälle und deren Eigenschaften (welche Übung mit welchem Ball) - Aushalten von Misserfolgen - Bälle korrekt benennen - Individual- und Mannschaftstaktiken planen und reflektieren	- Geräte benennen, sachgerecht und sicher auf- und abbauen

Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	Allgemeine Spielfähigkeit - eine Spielidee erfassen, erklären und umsetzen - Spielregeln vereinbaren und einhalten - miteinander und gegeneinander fair spielen	- KGS-Laufabzeichen - körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen - Teilnahme am Heider Abendstadtlauf (ggf. Kooperation mit dem Sportverein oder dem OGT)	- Bewegungschecks - Einhaltung, Vereinbarung und ggf. Änderung oder Anpassung von Spielregeln - miteinander und gegeneinander fair spielen, Mitspielerinnen und – spieler loben und motivieren	- eigenes Körpergewicht halten und stützen - Rhythmen in entsprechenden Bewegungen umsetzten, Entwicklung einer eigenen Choreographie - Geräte nach einem Aufbauplan aufbauen

Das schulinterne Sport-Fachcurriculum der Grundschule **Fachliche Konkretisierung im 3./4. Schuljahr**

ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	**Block 5**	**Block 6**	**Block 7**	**Block 8**
Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern	**2 Turnen** - ein Gerätearrangement mit differenzierten Anforderungen zum Klettern, Hangeln, Balancieren, Schwingen und Springen selbstsichernd bewältigen - Vertiefung der Grundbewegungen des Handstands, Radschlags und des Sprungs (Hockwende auf/über den Längskasten, bei entsprechender Sicherung auch Grätsche über den Bock)	**7 Rollen, Gleiten, Fahren** - Bewegen auf gleitenden Geräten (Teppichfliesen oder Pedalos) - bei trockenem Wetter ist auch der Einsatz der „roten“ Fahrzeuge auf dem Schulhof möglich (ggf. auch Fahrräder in Verbindung mit der Fahrradprüfung/SU) - Bewegungsabläufe am Gerät optimieren	**6 Raufen und Ringen** - sich fair messen, eigene Kraft situationsangemessen einsetzen, Emotionen spüren und beherrschen **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - akrobatische Bewegungen mit und ohne Handgerät realisieren **1 Spielen** - Wiederholung kleiner Spiele	**3 Laufen, Springen, Werfen** -einen Ball mit Schlagwurftechnik in die Weite werfen - in die Weite und Höhe springen - das Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen - Reaktionsfähigkeit **4 Schwimmen** - Wassergewöhnung, individuelle Schwimmübungen (Vermittlung von Grundtechniken), die zum Erwerb der Schwimmabzeichen Seepferdchen und Bronze führen **5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen** - Tanz für das Vogelschießen
Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit	- das sichere Auf- und Abbauen muss unbedingt geübt werden! - vielfältige und differenzierte Aufgaben schaffen Erfolgserlebnisse und Lernfortschritte für alle SuS - korrekte Nutzung der Sprungbretter trainieren - Sicherung der Sprungbewegung! - Einsatz des Minitrampolins nur bei entsprechender Aus-/Fortbildung	- unbedingt auf Sicherheit achten (zusammengebundene Haare, Kleidung, Schmuck, wo Hände aufsetzen) - Einteilung der Fahrbereiche auf dem Schulhof, Sicherheitsschulung und-Verkehrsregelung vorab klären - eigene Parcours entwickeln	- Hinweise siehe Jahrgang 1 und 2 - Die SuS sollen sowohl in der Rolle des Angreifers als auch des Verteidigers klug und geschickt agieren.	- wenn möglich, draußen trainieren - unterschiedliche Bälle, Lauf- und Sprungvariationen anbieten - spielerische und angstfreie Wassergewöhnung steht absolut im Vordergrund - Die Fachanforderungen für Schwimmen sind jederzeit einzuhalten (z.B. max. Teilnehmerzahl, ausgebildetes Personal).

Fachsprache, Operatoren und Reflexion	- Geräte benennen, sachgerecht und sicher auf- und abbauen - eigenen Lernfortschritt beschreiben und planen	- „Verkehrsregeln“ benennen und einhalten - Reflexion von (möglichst langen) Gleitphasen	- wenige, klare Regeln definieren (Stopp-Regel, Kleidung, Schmuck, Anfangsritual und Verabschiedung nach jeder Übung) - Reflexion der verschiedenen Taktiken	- körperliche Reaktionen beim Laufen wahrnehmen - Wurfbewegungen untersuchen, bewerten und optimieren
Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung	- Bewegungen mit außergewöhnlichen Körpererfahrungen realisieren - mit Wagnis und Risiko selbstsichernd umgehen	- Fahrradprüfung (Klasse 4) - sich mit einem gleitenden Gerät kontrolliert fortbewegen, die Richtung gezielt ändern und bremsen - sich nach dem Beschleunigen auf einem gleitenden Gerät im Gleichgewicht halten	- Einhaltung von Regeln und Ritualen - Zulassen von Körperkontakt	- Laufabzeichen (DLV?) - Sportabzeichen? - etwas leisten bei einem Bundesjugendspiele-Wettbewerb (nicht Wettkampf!)

Ideensammlung zu den Bewegungsfeldern

Klasse 1/2

1 Spielen

Laufspiele

- Feuer, Wasser, Blitz (auch zum Einüben der Rituale)
- Autospiel/Gangsterautos
- Schattenlauf
- Schnick-Schnack-Schnuck-Läufe/-Reifensprünge
- „Mc Donalds“
- Alaska
- Lauf-ABC-Aufgaben
- Vormacher-Nachmacher
- Geheimer Vormacher
- Atomspiel
- Schwungtuchspiele (Platzwechselaufgaben, Bälle jonglieren/sortieren/herunterschleudern, Wettererfahrung, Höhle)
- Laufen wie…
- Formen-Läufe
- Reifen zwirbeln
- Chaos-Ralley

Fangspiele

- Partnerfangen/Kettenfangen
- Fischer, Fischer extrem
- Mr. X
- Peter Pan
- Alle die…
- Riese, Zwerg, Tunnel
- Chinesische Mauer
- Vampirtick
- Hütchenklau (Fairness etablieren!)
- Popcorn
- Ritter, Drache, Prinzessin
- Krankenhaus

Ballspiele

- Haltet das Feld frei
- Ball an die Wand
- Häuser abwerfen
- Prinzenball
- Moorhuhnjagd
- Jägerball (Aufgabe für Abgeworfene, ggfls. von Ballfarbe abhängig machen)
- Merkball (nicht als Aufwärmspiel geeignet!!! Ggfls. Regeln anpassen um lange Wartezeiten zu vermeiden)
- Schiffe versenken

2 Turnen

- Sicherer Aufbau, sicheres Turnen! (Einführung Aufbaupläne/Stationskarten/Miniatursporthalle)
- Einführung Kleingeräte (Gymnastikreifen, Seil, kleine Kästen)
- Bewegungsaufgaben im Mattengarten/Bankstern
- Körperspannung erfahren und aufbauen (Pendel, Baumstamm, Luftpumpe, Abwandlung von Zauberlehrlingspiel, Barren und Sprossenwand, über Bänke ziehen, Schwingen an Tauen und Ringen)
- Eigenen Parcours entwickeln, Material dafür sicher tragen und aufbauen
- Vielfältige Einführung der Turnelemente Handstand, Rollen, Radschlag Sprung (Richtige Nutzung des Sprungbretts, Einführung Hockwende auf den Kasten), Einführung Minitrampolin (Anlauf über Langbank, richtiges Springen ins Tuch, keine Flugdrehbahnen, Standsprünge, Supermansprünge auf den Mattenberg), Balancieren (Linien, Bänke, Schwebebalken: Einführung erster Elemente) (Erfolgsmöglichkeiten für alle schaffen! Z.B. durch differenzierte Angebote, freie Stationswahl, Helfersysteme usw.), vielseitige Bewegungslandschaften, Reck,
- Freiwilliges Vorführen erfolgreicher Elemente am Ende der Stunde
- Akrobatik (Jonglieren mit Tüchern/Bällen/Tellern/Luftballons/Ringen, Partnerakrobatik mit Stationskarten, Akrobatik mit Kleingeräten (Seil, Ball, Tuch, Band), Einüben einer Präsentation

3 Laufen, Springen, Werfen

- Ausdauerndes Laufen: Autospiel, Alaska, Lauf-ABC, Laufpyramide, Würfelläufe, Rechenrahmenläufe, Monstermalläufe, Steckwürfel- oder Wäscheklammernläufe, Ja-Nein-Spiel, Blackstoryläufe, Witze erzählen, Zeitschätzläufe, Ausmalbildläufe, Bauklotzgebäudeläufe, Memoryläufe, Sagaland, Mensch ärger dich nicht, Biathlon,
- Sprint: Fischer, Fischer extrem, Staffelspiele, Bingo, Memory, Tic Tac Toe, Schwarz-Weiß-Spiel, Dreierklatsch, Ritter Drache Prinzessin, Startablauf üben (ohne Startposition)
- Springen: Schrittsprünge trainieren (über Linien, Seile (nicht fest fixiert!), Zauberschnur, kleine Matten (Achtung vor Umknicken), auf Weichboden, mit Einhaltung von Absprungbereich, Sprungbein erproben)
- Werfen: Ballgewöhnung (Werfen und Fangen, 10er-Probe) verschiedene Bälle und Techniken erproben, Zielwürfe (Wand (Kreppfeld), Basketballbrett, Kästen, Tore, Hütchen, Dosen), Biathlon, reglementierte Abfolge beim Schlagballwurftraining

5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

- Kindertänze (z.B. Dinodisco, KiKa Tanzalarm usw.)
- Stopptanz
- Bewegungsaufgaben zu einem vorgegebenen Rhythmus (z.B. mit einer Handtrommel), rhythmisches Gehen/Laufen/Springen
- Partner-Synchron-Läufe
- Laufen wie...
- Seilspringen (Skipping-Hearts-Programm! Springseilspieleklassiker)

6 Raufen und Ringen

- Erst Vertrauen aufbauen/Körperkontakt zulassen: Krankentick, La Olà, Möhren ziehen, Pendelübung, Baumstammrollen, Atomspiel, Schiffe versenken
- Regeln vereinbaren (STOP-Regel, Begrüßung und Verabschiedung usw.)
- Kräfte messen: Partner über die Linie ziehen, Partner aus den Gleichgewicht bringen, Rücken drücken, Mattenschieben, Schildkröten drehen, Schatz verteidigen, Flamingo schubsen, Krebse umstoßen, Knieringen, Sandwichbefreiung
- Cool Down: Pizzamassage, Wettermassage, Traumreise, Yoga, Anschleicherindianerspiel, Progressive Muskelentspannung, Abklopfen/Ausschütteln)

7 Rollen, Gleiten, Fahren

- Rote Fahrzeuge auf dem Schulhof (Organisation als fester Stationsbetrieb mit fest eingeteilten Flächen für die jeweiligen Fahrzeuge, unbedingt Sicherheitsschulung vorher durchführen)
- Gleiten auf Teppichfliesen oder Bieruntersetzern
- Pedalos, Inliner und Rollschuhe (Schutzkleidung!!!), Schlittschuhlaufen (Weihnachtsmarkt Heide)

Klasse 3/4

Ideensammlung siehe Klasse 1/2 +

1 Spielen

- Einführung Brennball (kein Vorführen einzelner SuS durch Paarläufe/-würfe, Positionswechsel auf Zeit, nicht bei Verbrennen; Variationen erproben und reflektieren (Mattenbrennball, Gerätebrennball, regelmäßiger Taktikaustausch (Individual- und Mannschaftstaktik))
- Einführung Völkerball (kein langes Ausscheiden einzelner SuS! Verschiedene Varianten spielen und reflektieren (mit Freilaufen, mit Strohpuppe, mit Weichboden, mit Kasten, mit Hütchen), regelmäßiger Taktikaustausch (Individual- und Mannschaftstaktik))
- Einführung großer Sportspiele (Handball, Floorball, Fußball oder Basketball): möglichst kleine, häufig wechselnde Mannschaften auf kleinen Feldern, angepasstes Regelwerk bzw. sukzessiv aufbauend, faires, teamorientiertes Spielen, regelmäßige Individual- und Mannschaftstaktikbesprechungen, Aufstellungen erproben und einhalten, sinnvoll vom kleinen zum großen Spiel arbeiten,
- Ultimate Frisbee
- Rückschlagspiele: Badminton/Tischtennis

2 Turnen

- Parkour-Training

3 Laufen, Springen, Werfen

- Fünferball

4 Schwimmen

- Wassergewöhnung (vielfältige Spiele zum Bewegen im brusttiefen Wasser, Gleiten und Anbahnung des Tauchens, erste Schwimmbewegungen thematisieren)

- Individuelle Schwimmübungen zum Gleiten im Wasser, Tauchen im hüfttiefen Wasser und erste Brustschwimmübungen, die zum Erwerb des Anfängerzeugnisses Seepferdchen führen.
- Individuelle Schwimmübungen zu den Schwimmarten Brust, Rücken und ggf Kraul, Streckentauchen und Heraufholen eines Ringes aus mindestens 2m tiefem Wasser, Erwerb des Schwimmabzeichens Bronze (ggf. Silber)
- Lernen und Prüfung zu den Baderegeln

5 Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen

- Eigene Tänze entwickeln und vorführen

6 Raufen und Ringen

- Raufball
- Selbstverteidigung (Kooperation mit Sportverein?!)

7 Rollen, Gleiten, Fahren

- Vorbereitung/Unterstützung Fahrradprüfung