

Curriculum Klasse 6: Sport

Pflichtbereich Spielen

Parteiballspiele als übergeordnete Spielform

- (1) Schwerpunkt: zwei Sportspiele aus vier (Handball, Basketball, Fußball, Volleyball) im Wechsel zu Klasse 5
- (2) Passen und Fangen, Freilaufen und Anbieten, sportspielspezifischen Bewegungs- und Balltechniken vertiefen und erweitern
- (3) Mannschaftliches Zusammenspiel, Regelkunde, Einsatz von „kleinen Spielen, Spiele verändern und Spielregeln anpassen

Pflichtbereich Laufen, Springen, Werfen

- (1) schnell und gewandt laufen, weit und/oder hoch springen (Hürdenlauf, Hindernisbahn)
- (2) einen Wettkampf zum „Laufen - Springen - Werfen“ entwickeln und durchführen.
- (3) 20 Minuten ohne Unterbrechung laufen.

Pflichtbereich Bewegen an Geräten

- (1) Normgebundene Turnfertigkeiten aus zwei verschiedenen Strukturgruppen:
Sprünge mit Minitrampolin und Reutherbrett (auch synchron):
Fußsprünge, Rotationen
- (2) Auf- und Abbau
- (3) Helfergriffe

Pflichtbereich Bewegen im Wasser

- (1) Bewegungserfahrungen sammeln (Gleiten, Schweben Tauchen)
- (2) Sprünge erproben
- (3) Verstehen, wie man Antrieb erzeugt und Widerstand vermeidet
- (4) Schnell und ausdauernd schwimmen/ 10 Min ohne Unterbrechung schwimmen
- (5) Kraulschwimmen und evtl. Brustschwimmen lernen
- (6) Startsprung und Wenden erlernen

Pflichtbereich Tanzen, Gestalten, Darstellen

- (1) Grundformen gymnastische Sprünge und Gehen
- (2) Einführung Seil
- (3) Gestaltung mit Musik z.B. paarweise synchron
- (4) Eine kleine Darstellung in Kleingruppen gestalten und präsentieren mit z.B. tänzerischen, gymnastischen und akrobatischen Elementen.

Pflichtbereich Fitness entwickeln: Schwerpunkt Kräftigung und Stabilisation

- (1) Kämpfen und Raufen
- (2) Stützen und Hangeln an Geräten
- (3) Klettern an Tau, Stangen, etc.
- (4) Zirkeltraining

Wahlpflichtbereich Fahren, Rollen Gleiten

- (1) Bewegungserziehung, Wagniserziehung mit Fahr-, Roll- oder Gleitgeräten

- (2) Wir suchen unser Gleichgewicht beim Fahren und Rollen auf vielfältigen Sport- und Spielgeräten (zum Beispiel: Winterolympiade, Rollbrettführerschein, Fahrradparcours)
- (3) Das Fahrrad in der Schule (Ausflug, Klassenfahrt)
- (4) Gleiten auf Schnee und Eis: zum Beispiel Eislaufen, Skilaufen, Snowboardfahren, Rodeln