



Schulcurriculum

für die Klassenstufen 1 bis 4

für das Fach

In den wesentlichen Anforderungen orientiert sich der Sport- und Schwimmunterricht an der Grundschule der DSW an den Richtlinien des Lehrplans für die Grundschule des Bundeslandes Thüringen. Aufgrund einer deutschen Schule im Ausland, ist es jedoch notwendig, den Thüringer Lehrplan zu modifizieren und an die hiesigen Gegebenheiten anzupassen.

Im Turnunterricht setzen wir an der Grundschule keine Ringe und Kletterseile ein. Wir nutzen auch keine Trampoline oder Minitramps.

An der Grundschule werden jährlich abwechselnd Bundesjugendspiele oder Spielefeste mit Sponsorenlauf durchgeführt.

- eine Übungsverbinding turnen,
- verschiedene Grundformen der Bewegung in Geratelandschaften ausföhren,
- Aufgaben zum Stutzen, Schwingen, Klettern und Hangeln an unterschiedlichen Geraten ausföhren,
- auf festen und beweglichen Untergrunden in einer Hohe bis zu 50 cm balancieren,
- einen Einbeinstand mindestens 8 Sekunden halten,
- sich nach vorgegebenen Rhythmen frei bewegen,
- Bewegungsmuster von Tieren und Personen nachahmen,
- Empfindungen und Geföhle in Bewegung ausdrücken,
- Tanze ausföhren,
- spielspezifische Regeln nennen und erklären,
- Gerate (Balle, Gymnastikgerate, Stoppuhr, Startklappe, Turnbank, Reck, Bock, Kasten, Federsprungbrett) bestimmen.

Der Schuler kann

- grundlegende Ordnungsformen (Grundstellung, Linie, Reihe, Riegen, paarweise, Kreis-, Block - und Gassenaufstellung) und Verfahren des Übungsablaufs anwenden,
- einfachste Formen des Sicherns und Helfens beim Turnen in Geratelandschaften einsetzen,
- die Spielregeln verschiedener Kleiner Spiele anwenden,
- einfache Übungsverbindungen und Tanze prasentieren,
- mit verschiedenen Ballen Übungen zum Fangen und Werfen mit einem Partner nach Anleitung durchföhren.

Der Schuler kann

- sich mit Aufgaben identifizieren und sich anstrengen,
- Angste vor unbekanntem Bewegungsaufgaben überwinden,
- sich mit seinem Körper realistisch in der dinglichen Welt bewegen,
- seine Leistungen und die Leistungen anderer kritisch einschätzen,
- grundlegende Verhaltensnormen und Organisationsformen einhalten,
- wichtige Ordnungs- und Sicherheitsanforderungen beachten,
- grundlegende hygienische Standards umsetzen,
- einfache Fair Play-Regeln einhalten und kameradschaftlich handeln.

– ein sportliches Ereignis in den Medien verfolgen und über die Ergebnisse berichten.

Der

Der Schuler kann

- hangeln,
- schwingen,
- klettern,
- balancieren,
- rollen,
- stützen,
- springen,
- sich in Geratelandschaften sicher bewegen,
- Gerätearrangements und Übungsabläufe selbstständig gestalten,
- verschiedene Elemente turnen
 - ein- und beidbeinige Stände und Drehungen,
 - verschiedene gymnastische Stände, Schritte und Sprünge,
 - Knie- und Standwaage am Boden und auf Geräten,
 - Rollen (vor-, ruck- und seitwärts),
 - Rolle vor- und ruckwärts mit veränderter Ausgangs- und Endstellung,
 - den Kopfstand in den Hockstand (mit Partnerhilfe),
 - den fluchtigen Handstand (mit Partnerhilfe),
 - den Handstutzüberschlag seitwärts,
 - Aufgange mit ein- und beidbeinigem Absprung aus dem Stand und Anlauf,
 - Niedersprünge als Streck-, Hock- und Gratschsprünge,
 - die Sprunggratsche über den Bock (Gerätehöhe 90 bis 100 cm),
 - die Drehsprunghocke über den Kasten (Gerätehöhe 90 bis 100 cm),
 - Strecksprungvarianten am Mini trampolin,
 - den Stutz (Reck, Barren, Balken) mit und ohne Beinschwungbewegungen,
 - den Huftabzug,
 - den Huftaufschwung mit Geräte- und Partnerhilfe,
 - den Knieab- und Knieaufschwung,
 - einen Niedersprung aus dem Stutz,
- einfache Elemente der Akrobatik (Pyramidenbau) in Partner- und Gruppenarbeit ausführen,
- wesentliche Übungs-, Gerätebezeichnungen und Merkmale der Bewegungsabläufe nennen,
- im Sinne einer gesunden Körperhaltung den Körper an- und entspannen,
- Techniken der gegenseitigen Hilfe beschreiben.

Der Schuler kann

- anhand von grafischen Darstellungen Elemente nachturnen,
- gymnastische Übungen zur Erwärmung auswählen und demonstrieren,
- den Auf- und Abbau von Geräten ausführen,
- gegenseitig Hilfeleistung und Sicherheitsstellung geben.

- einfache Spielsituationen einschätzen,
- den eigenen A

hat

ei

I