

Jahresarbeitsplan 3. Lernstufe Sport

Den Körper wahrnehmen & Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Sinne üben & die Bedeutung der Wahrnehmungsfähigkeit für den Bewegungsvollzug erfahren		Sich des eigenen Körpers bewusst werden, seine Dimensionen erfahren, seine Aktionsmöglichkeiten und Grenzen erkunden	Den Wechsel von Anspannung und Entspannung erfahren und bewusst herstellen
	Die Reaktionen des Körpers in den Bewegung und vor, bei und nach körperlicher Belastung wahrnehmen und deuten		Die Veränderbarkeit koordinativer Fähigkeiten und konditioneller Voraussetzungen erfahren und begreifen	
Das Spielen entdecken & Spielräume nutzen	Spielmöglichkeiten in ihrer Vielfalt entdecken sowie Spiel- und Bewegungsräume erschließen und ausgestalten	Spielideen entwickeln und das Spielen aufrecht erhalten	Spielvereinbarungen für gemeinsames Spielen treffen und unterschiedlichen Interessen gerecht werden	
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Den Körper beim Laufen erleben und vielfältige Lauferfahrungen machen		Vielfältige Sprungformen entdecken, ausprägen und anwenden	

	Vielfältige Wurfarten entdecken, ausprägen und anwenden		Elementare leichtathletische Formen lernen, üben und anwenden	
Bewegen im Wasser - Schwimmen	Sich mit dem Bewegungsraum Wasser vertraut machen/das Wasser als Spielraum nutzen		Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten unter Wasser finden und nachvollziehen	
	Elementare Schwimmtechniken lernen, üben und anwenden		Vielfältige Sprungmöglichkeiten erfinden und nachvollziehen	
Bewegen an Geräten - Turnen	Den Körper in Gleichgewicht halten	Den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben	Körperspannung und Kraft in ihrer Bedeutung für das Gelingen turnerischer Anforderungen erleben und aufbauen	Kunststücke erfinden und bewältigen, sich etwas trauen

			Gerätekombinationen herstellen, bewältigen und variieren	Elementare turnspezifische Bewegungsformen erlernen, üben und anwenden
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Die Vielfalt von Bewegungsmöglichkeiten – auch mit Handgeräten und Objekten – entdecken, erproben und variieren		Bewegungskunststücke mit Handgeräten und Objekten erfinden, üben und gestalten	Rhythmus, Musik und Bewegung aufeinander beziehen
	Durch Bewegung etwas mitteilen und darstellen		Tänze erlernen und Bewegungsgestaltungen entwickeln, üben und präsentieren	
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Spielideen vorgegebener Spiele und ihre grundlegende Spielstrukturen erkennen und nachvollziehen		Spielspezifische motorische Fertigkeiten und Voraussetzungen sowie grundlegende taktische Verhaltensweisen erwerben	

	Nach vorgegeben Regeln spielen können, Spielregeln einhalten und situationsgerecht verändern	Grundformen der Sportspiele einschließlich ihrer taktischen Anforderungen und spielspezifischen motorischen Fertigkeiten lernen, üben und anwenden	
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport	Grundlegende Fähigkeiten und Fertigkeiten zum adäquaten Umgang mit Gleit-Fahr- und Rollgeräten erlernen und üben	Bewegungskönnen im Gleiten, Fahren und Rollen erweitern	Gleiten, Fahren, Rollen in natürlicher und gestalteter Umwelt erleben
Ringens & Kämpfen - Zweikampfsport	Spielerische Kampfformen kennen lernen und ausführen	Kampfformen entwickeln, Regelungen treffen erproben und verändern	
	Elementare technische Fertigkeiten und taktische Fähigkeiten erlernen, üben und anwenden	In Kampfsituationen die Gegnerin bzw. den Gegner als Partnerin bzw. Partner achten	