

## BEWEGUNG UND SPORT (SoGYM)

### Kompetenzen am Ende der 5. Klasse

Die Schülerin, der Schüler kann

- verschiedene Individual- und Mannschaftssportarten ausführen, technisch-taktische Bewegungsabläufe situationsgerecht und zielorientiert anwenden sowie die Fitness mit entsprechenden Maßnahmen verbessern(1)
- den Wert von aktiver Sportausübung für die Gesundheit erkennen und einen aktiven Lebensstil pflegen(2)
- sich Leistungsvergleichen im Sinne einer korrekten Ethik und unter Beachtung der geltenden Regeln und des Fairplay stellen sowie Sportaktivitäten für sich und andere organisieren und verschiedene Rollen übernehmen(3)
- sich kritisch mit der Welt des Sports und der technischen Entwicklung auseinandersetzen und Bewegung, Spiel und Sport in Einklang mit Natur, Umwelt und notwendigen Sicherheitsaspekten ausüben (4)

FERTIGKEITEN	KENNTNISSE	KOMPETENZ	TEILKOMPETENZEN METHOD.-DIDAKTISCHE HINWEISE	INHALTE	ANREGUNGEN/ QUERVERWEISE	ZEITRAUM
<b>Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung</b>						
die persönliche sportmotorische Entwicklung organisieren und fördern	Bewegungs- und Sporterziehung	1, 2	Der Schüler kennt die Wichtigkeit der Bewegung und des Sports für seine gesundheitliche Entwicklung.	Gymnastik  Übungen zur Verbesserung der motorischen Eigenschaften mit und ohne Geräte, mit und ohne Musik		Gesamtes Schuljahr
Bewegungsrhythmus und Bewegungsgestaltung an sportliche Techniken anpassen	Bewegungsrhythmus und Bewegungsfluss	1	Der Schüler kann sich zu unterschiedlichen Rhythmen bewegen, sich auf verschiedene Partner einstellen.  Der Schüler kann zu zweit oder in der Gruppe eine Choreographie erarbeiten, erweitern und vorführen.  Der Schüler hat die Möglichkeit seine Kreativität zum Ausdruck zu bringen.	Musikgymnastik  Aerobic, Step-Aerobic  Tänze/Gruppentänze  Choreographien mit Kleingeräten mit Partner oder in Kleingruppen.		Gesamtes Schuljahr
die eigenen sportlichen Fähigkeiten und Leistungen einschätzen und mittels objektiver Kriterien einordnen	spezifisch sportliche Leistungskriterien	3	Der Schüler lernt verschiedene sportmotorische Testverfahren kennen um seine persönlichen Leistungen richtig einzuschätzen.	sportmotorische Eigenschafts- und Fertigkeitstests		
<b>Sportmotorische Qualifikationen</b>						
Bewegungsabläufe unter Anwendung der richtigen Technik gezielt einsetzen	technische Elemente und Grundlagen mehrerer Sportarten	1 und 3	Der Schüler kann die erworbenen und gefestigten Techniken der verschiedenen Sportarten situationsgerecht einsetzen.	Leichtathletik  Große Ballspiele  Kleine Ballspiele  Rückschlagspiele  Geräteturnen		Gesamtes Schuljahr
Physisches und psychisches Wohlbefinden durch geplantes Üben herstellen	Fitness- und Gesundheitssport	1 und 2	Der Schüler kennt die gesundheitsfördernden Auswirkungen von regelmäßiger Bewegung und sportlicher Betätigung.	Konditions- und Koordinationstraining einzeln, mit Partner oder in der Gruppe		Gesamtes Schuljahr
<b>Bewegungs- und Sportspiele</b>						
bei Sportspielen und Mannschaftsspielen aktiv teilnehmen und wetteifern	Mannschafts- und Sportspiele	1 und 2	Der Schüler kann verschiedene Sport- und Mannschaftsspiele ausüben und seine Stärken mannschaftsdienlich einsetzen.  Im fairen Zusammenspiel kann der Schüler seine sozialen Kompetenzen einbringen.	Große Sportspiele  Kleine Spiele		Gesamtes Schuljahr

Einzel- und Mannschaftsbewerbe situationsgerecht organisieren und auswerten	Organisation und Auswertung	3	Der Schüler kennt verschiedene Turnierformen und ist im Stande ein Klassenturnier zu organisieren und auswerten.	Spielpläne erstellen Schiedsrichtertätigkeit Ergebnisse auswerten und einordnen		Gesamtes Schuljahr
<b>Bewegung und Sport im Freien und im Wasser</b>						
Verantwortung übernehmen für einen schonenden Umgang mit der Natur	umweltgerechter Sport in der Natur	4	Der Schüler kennt Sportarten, die in der Natur durchgeführt werden. Er kennt deren Auswirkungen auf die Natur und die Risiken für die Umwelt.	Bewegung, Sport und Spiele im Freien in den verschiedenen Jahreszeiten.	Wird im Rahmen eines Lehrausflugs durchgeführt.	Gesamtes Schuljahr (wetterbedingt)
sich in der Natur und am Berg bewegen und orientieren	Orientierung und Sicherheit	4	Der Schüler kennt die Risiken der Outdoor-Sportarten, ist in der Lage Gefahrensituationen richtig einzuschätzen und durch Anwendung korrekter Sicherheitsvorkehrungen Unfälle zu vermeiden.	Sommer- und Wintersportarten im Freien		
in mehreren Lagen schwimmen, tauchen und im Wasser spielen	Schwimmtechniken, Spiel- und Sportaktivitäten	1, 2 und 4	Der Schüler sollte verschiedene Schwimmtechniken beherrschen.		aus organisatorischen Gründen (kein eigenes Schwimmbad) findet bis auf weiteres kein Schwimmunterricht statt.	