

## Fachcurriculum: Bewegung und Sport – 1. Klasse Mittelschule

	Kompetenzen in Schülersprache					Vorschläge zur Umsetzung
	Kompetenzen in ansteigendem Anforderungsniveau					Lerneinheiten, Hinweise, Inhalte, methodische Verfahren
<b>Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung</b>	Ich kann mit dem Körper etwas darstellen und mich rhythmisch und harmonisch bewegen.	Ich kann einfache Tänze gestalten. Ich bin bereit, verschiedene Körpererfahrungen zu machen.	Ich kann über den Zusammenhang zwischen körperlicher Aktivität und körperlichem und geistigem Wohlbefinden sprechen.	Ich kenne die Signale meines Körpers, kann darauf reagieren und meine Leistungsfähigkeit einschätzen.		einfache Gruppentänze, Gymnastik mit Musik, Ausdauerlaufen mit Musik, Rhythmik durch Geräte und Instrumente. Verschiedene Erfahrungen mit dem eigenen Körper wahrnehmen und erklären können.
<b>Sportmotorische Grundqualifikationen</b>	Ich kann unterschiedliche Angebote bewusst üben.	Ich kann variieren, kombinieren und ergänzen	Ich kann verschiedene Grundqualifikationen in Spiel und Sport einsetzen.	Ich beherrsche Grundqualifikationen.	Mir sind meine Fähigkeiten bewusst.  An meinen Schwächen bin ich bereit zu arbeiten.	Leichtathletikschule: Grundübungen in der Halle und im Freien, Übungen mit dem Sprungbrett und mit dem Trampolin, allgemeine Ballschule
<b>Bewegungs- und Sportspiele</b>	Ich beteilige mich mit Einsatz an Gruppenspielen und spiele mit meiner Mannschaft zusammen.	Ich kann einige Sportspiele erklären.	Ich kann bei Sportspielen die Rolle des Schiedsrichters übernehmen.	Ich kann mich bei Sieg und Niederlage angemessen verhalten.	Ich kann im Freien und in der Turnhalle mögliche Gefahren einschätzen und beachte die Regeln zur Sicherheit.	Gruppenspiele, Laufspiele, Spiele ohne Sieger und Mannschaftsspiele mit vereinfachten Spielregeln
<b>Bewegung und Sport im Freien und im Wasser</b>	Ich kann im Wasser verschiedene Spiele durchführen.  Im Freien orientiere und organisiere ich mich.	Ich kann ins Wasser tauchen und mehrere Schwimmtechniken in Grobform ausführen. Verschiedene Spiele und Übungen im Freien kennenlernen	Ich beteilige mich bei Lauf-, Sprung- und Wurfübungen im Freien	Ich kann mich in der Kleingruppe im Freien organisieren.		Gemeinschaftsspiele im Wasser mit und ohne Geräte, Schwimmübungsreihen Rücken, Kraul und Brust.  Spiel- und Übungsreihen im Freien durchführen.