

Schulinternes Fachcurriculum

Sport und Schwimmen



Paul-Gerhardt-Schule

Offene Ganztags-Grundschule in der
Hansestadt Lübeck

Stand: Juli 2025

Fachcurriculum Sport und Schwimmen der Paul-Gerhardt-Schule Lübeck

(Stand: Januar 2025)

Allgemeine Leitlinien für das Fach Sport:

- Bewegungserfahrungen erweitern, Wahrnehmungsfähigkeit verbessern
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten
- Etwas wagen und verantworten
- Das körperliche Leisten erfahren, verstehen und einschätzen
- Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

Die prozess- und inhaltsbezogenen Kompetenzen:

- Körpererfahrung
- Bewegungserfahrung
- Handlungserfahrung
- Materialerfahrung
- Sozialerfahrung
- Gesundheitserfahrung

Die prozessbezogenen Kompetenzen sind in vier Bereiche gegliedert:

- Bewegungskönnen entwickeln - Erkenntnisse gewinnen (Sich bewegen)
- Interaktionen herstellen (Andere und sich wahrnehmen)
- Das "Lernen lernen" (Lernen, dass man lernen und reflektieren kann)
- Bewerten können (Sich und andere einschätzen und beurteilen)

Die inhaltsbezogenen Kompetenzen kommen in den 7 Bewegungsfeldern vor:

- Spielen
- Turnen
- Laufen, Springen, Werfen
- Schwimmen
- Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen
- Raufen und Ringen
- Rollen, Gleiten, Fahren

In den folgenden Tabellen werden diese 7 Bewegungsfelder konkretisiert und mit Beispielen erläutert:

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Spiele	Kooperationsspiele Kennlernspiele Spiele für alle Sinne Kleine Spiele Kleine Spiele mit Materialien Erste Erfahrungen sammeln und Ballschulungen mit kleinen Spielen für: Fußball Basketball Handball Hockey/Floorball Brennballvariationen Abwurfballvariationen	• Eine Spielidee erfassen • Spielregeln erfassen und akzeptieren • Spielideen entwickeln • Frei spielen können	Große Spiele vorbereiten: Fußball Basketball Handball Hockey/Floorball Ball über die Schnur (Volleyball) (Ballarten der "großen Spiele" kennenlernen) Kin-Ball Tschoukball Baseball Tischtennis Badminton/Federball Brennballvariationen Abwurfballvariationen	• Eine Spielrolle mannschaftsdienlich ausfüllen • Mit Sieg und Niederlage wertschätzend umgehen • Fairnessrituale umsetzen und akzeptieren • Große Ballspiele verstehen und umsetzen • Bälle und Schläger im Spiel sinnvoll nutzen

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Turnen	<u>Erlebnisturnen</u> (Aufbautage): Barfußparcour Kletterparcour Balancierparcour Tunnelparcour Parcour zum Schwingen und Schaukeln Psychomotorik für alle Bodenturnen: Rollen <u>Turngeräte kennenlernen:</u> Langbank Barren Reck Taue Ringe Großer Kasten Sprossenwand	• Erste turnerische Bewegungen kennenlernen • Geräte benennen und transportieren • Geräte bewältigen können und sie erkunden • Mit Wagnis umgehen • Körper stabilisieren und im Gleichgewicht halten • Eigenes Körpergewicht stützen und halten	<u>An Geräten turnen:</u> <u>Reck/Stufenbarren/Barren:</u> Aufschwung, Umschwung, Stützübungen <u>Ringe /Taue:</u> Schwingen, Drehen, Ausschwingen, Klettern <u>Kasten, Mini- Trampolin:</u> Sprung, Drehungen Hockwenden, Flanken <u>Bodenturnen:</u> Rollen vw/rw Handstand Radschlagen/Radwende	• turnerische Bewegungen üben und erlernen • Kompetenzen der Eingangsphase festigen und vertiefen

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Laufen, Springen, Werfen	<u>Leichtathletik:</u> Einführung in die leichtathletischen Grundlagen in Form von Spielen: Sprint Ausdauer Wurfübungen Weitsprung	• Verschiedene Laufgeschwindigkeiten erfahren • Verschiedene Materialien (Bälle, Säckchen) werfen und fangen • Das Springen über Hindernisse und in der Weite erfahren	<u>Leichtathletik:</u> 50 m Sprint 800m/1000m Ausdauer Crosslauf Weitsprung Hochsprung Wurf 80g	• 50m Laufstrecken und den Start erlernen • Ausdauer trainieren und den Körper an diese Belastungen anpassen • Einhändige Würfe mit dem Schlagball in die Weite umsetzen • Weitsprung im Anlauf, Absprung und in der Landung umsetzen

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Rhythmik, Gestalten, Tanzen	<u>Tanz und Rhythmikspiele mit Kleinmaterialien:</u> Seile, Reifen, Keulen Bierdeckel, "Bunte Bänder" Skipping-Seile Akrobatik	• Rhythmische Vorgaben umsetzen • Bewegungen mit und ohne Kleingeräte umsetzen	<u>Tanz und Rhythmikspiele mit Kleinmaterialien:</u> Seile, Reifen, Keulen Bierdeckel, "Bunte Bänder" Skipping-Seile Akrobatik	• Rhythmische Vorgaben umsetzen • komplexe Bewegungen und Tänze mit und ohne Handgeräten umsetzen

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Raufen, Ringn	Kooperationsspiele Tickerspiele Raufspiele Weichbodenkämpfe "Box-Spiele"	• Fair kämpfen • Regeln akzeptieren • Emotionen spüren und beherrschen • wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen	Weichbodenkämpfe Kooperationsspiele Wettkampf-Rauf-Spiele "Box-Spiele" Zieh- und Schiebekämpfe Ringkämpfe	• Regeln akzeptieren • Fair kämpfen • Emotionen spüren und beherrschen • wertschätzend mit Sieg und Niederlage umgehen
Rollen, Gleiten, Fahren	Rollbrettführerschein Rollbrettflitzebahn Spiele mit Teppichfliesen Pedalos Zirkusrolle "Winterspiele in der Halle" Frühradfahren (Kurse in den 1. Klassen)	• Dynamisches Gleichgewicht halten • Körper an die Geschwindigkeit anpassen	Rollbretter Pedalos Zirkusrolle Blaue Tonne Inliner Fahrradprüfung (gekoppelt mit Sachunterricht)	• Dynamisches Gleichgewicht halten • Körper an die Geschwindigkeit anpassen

Kompetenzbereich	1./2. Klasse	Erwartete Kompetenzen	3./4. Klasse	Erwartete Kompetenzen
Schwimmen	---	---	3. Klassen: 2 Stunden pro Woche <u>Schwimmkurse für die Abzeichen:</u> Seepferdchen Bronze, Silber, Gold Rettungsfähigkeit für Kinder Wassergewöhnung Brustschwimmen Rückenschwimmen Kraulschwimmen Tief tauchen Weittauchen Springen	• Eigenschaften des Wassers kennenlernen • Angstabbau vor dem Wasser • Sicher schwimmen können • Tauchen und Springen können • Regeln in öffentlichen Schwimmbädern einhalten

Sportunterricht an der PGS:

Eingangsphase (1./2. Klasse):

- 2 Stunden Sport pro Woche
- Herbst bis Ostern Schwerpunkt: Turnen und 4 andere inhaltliche Kompetenzen (kein Schwimmen)
- Ostern bis Herbst: Laufen, Werfen, Springen und 4 andere inhaltliche Kompetenzen (kein Schwimmen)
- 1. Klasse: 10 Wochen einen Fahrradkurs (1 Stunde pro Woche) in unserer Turnhalle

3./4. Klasse:

Siehe Themenschwerpunkte der Eingangsphase, aber:

- 3. Klasse: 1 Stunde Sport pro Woche
2 Stunden Schwimmen pro Woche
- 4. Klasse: 2 Stunden Sport pro Woche

Fachliche Projekte, Wettbewerbe, Wettkämpfe:

Innerhalb Lübecks:

- Senatsstaffel Lübeck (Jungen und Mädchen)
- Stadtmeisterschaften Handball (Mädchen und Jungen)
- Stadtmeisterschaften Fußball (Mädchen und Jungen)
- Stadtmeisterschaften Schwimmen
- Schwimmfest
- Leichtathletik- Wettbewerb-Stadtmeisterschaften
- Helgoland-Staffelmarathon
- Crosslauf (2. - 4. Klassen)
- Erlebnisturnen-Projekt an den Gymnasien

PGS intern:

- Kurse zum Frähradfahren
- Bundesjugendspiele
- Abnahme des Sportabzeichens
- Tischtennis-Schulturnier

- Fußball-Schulturnier (Mädchen und Jungen)
- Sportfest (alle 4 Jahre)
- Trixitt-Eventtag
- Zirkuswoche (alle 4 Jahre)
- Agn und Trainingsstunde der Schulmannschaft

Fachsprache:

Allen Kindern wird die übliche Fachsprache der einzelnen Sportarten vermittelt.

Medieneinsatz innerhalb der 7 Kompetenzen:

Spielen:

- Technikabläufe per App, Videos im Internet,
- Taktikinformationen per App, Videos im Internet, ...
- Spielanalysen durch Aufnahmen (Video, Foto, Filmaufnahme, ...)
- Einsatz von digitalen Messgeräten (Timer, Spielplan, Spielstand, ...)
- Übungsreihen per App, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder und Filme der Bewegungsabläufe in der „Slow- Motion-App“ zeigen
- Digitale Stationspläne zum Training planen und präsentieren
- Spielregeln per Beamer präsentieren

Turnen:

- Virtueller Geräteaufbau in 3D-Bildern
- Technikabläufe per App, Videos, ...
- Übungsreihen per App, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder, Filme der Bewegungsabläufe zeigen
- Digitale Stationspläne für Übungen planen und präsentieren
- Bewegungskorrekturen per App, Internet angucken und bewerten
- Digitale Abläufe zum Thema „Helfen und Sichern“ präsentieren

Laufen, werfen, springen:

- Technikabläufe per App, Videos, ...
- Übungsreihen per App, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder, Filme der Bewegungsabläufe zeigen
- Digitale Stationspläne für Übungen planen und präsentieren
- Bewegungskorrekturen per App, Internet angucken und bewerten
- Einsatz digitaler Messgeräte
- Virtueller Geräteaufbau in 3D-Bildern
- Laufspiele per GPS (Geocaching etc.) anbieten

Schwimmen:

- Technikabläufe per Apps, Videos, ...
- Übungsreihen per Apps, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder, Filme der Bewegungsabläufe zeigen
- Bewegungskorrekturen per App, Internet angucken und bewerten

Rhythmisieren:

- Übungsabläufe per App, auf dem Laptop, Videos, ... präsentieren
- Musik, Tänze über Bluetooth, Musikbox, ... anbieten
- Bewegungsanalysen durch Aufnahmen (Video, Foto, ...)
- Choreografien planen, aufnehmen und präsentieren durch Videos, Smartphones, Bluetooth

Raufen und Ringen:

- Technikabläufe per App, Videos, ...
- Übungsreihen per App, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder, Filme der Bewegungsabläufe zeigen
- Digitale Stationspläne für Übungen planen und präsentieren
- Bewegungskorrekturen per App, Internet angucken und bewerten

Rollen, Gleiten, Fahren:

- Technikabläufe per Apps, Videos, ...
- Übungsreihen per Apps, Internet, Videos, ...
- „Slowmotion“ Bilder, Filme der Bewegungsabläufe zeigen
- Bewegungskorrekturen per App, Internet angucken und bewerten

Fördern und Fordern:

Im alltäglichen Sportunterricht wird differenziert mit Hilfe der kooperativen Lernformen. Konkrete Differenzierungsmaßnahmen für einzelne Kinder werden individuell geplant - immer in Absprache mit dem Förderzentrum "Astrid-Lindgren-Schule" (Inklusionskonzept).

Leistungsbewertung:

Es gelten die Grundsätze der Diagnostik, Differenzierung und Förderung. Die Ermittlung einer Beurteilung in Form der drei Kreuze im Zeugnis beruht auf nachvollziehbaren, dokumentierten Leistungen der Kinder. Die Bewertung erfolgt pädagogisch und fachlich. In Absprache mit den Fachkolleginnen gelten die Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsmessung, sodass die drei zu setzenden Zeugniskreuze (Bewegungskönnen, Körperbeherrschung, Spielverständnis) den Leistungsstand des Kindes korrekt widerspiegeln.

Überprüfung und Weiterentwicklung:

Diese Vereinbarungen werden regelmäßig in den Fachkonferenzen evaluiert.

