



ZEITBLÖCKE für Jahrgangsstufe	Block 1 (Sommer bis Herbstf.)	Block 2 (Herbstf bis Weihn.)	Block 3 (Weihn. Bis Ostern)	Block 4 (Ostern bis Sommer)
<p>Ausgewählte Inhalte aus sieben Bewegungsfeldern</p>	<p>1 Fang-, Lauf- u Reaktionsspiele</p> <p>3 Vorbereitung Lauftag</p> <p>4 sicheres Schwimmen in Brust- und Kraullage, erste Grundlagen in Rückenlage ausdauerndes Schwimmen, schnelles Schwimmen</p>	<p>1 Fang-, Lauf- u. Reaktionsspiele. Einführung: Hockey Ballfertigkeiten festigen, Ballspiele</p> <p>2 Geräteturnen ( Reck: Aufschwung, Unterschwung; Kasten: Aufhocken, Streck sprung, Aufhocken, Abrollen auf Weichboden, Boden: Rolle vw, Rad, Handstand, Bock: Grätsch sprung, Ringe: Schwingen, Schwingen mit Drehung, Schwebebalken: Balancieren, Waage</p> <p>4 sicheres Schwimmen in Brust- und Kraullage, erste Grundlagen in Rückenlage ausdauerndes Schwimmen, schnelles Schwimmen</p> <p>5 Laufen zu Musik, Bewegen zu Musik, Kleine Tänze</p> <p>7 Übungen mit Rollbrett, Pedalo</p>	<p>1 Fang-, Lauf- u. Reaktionsspiele, Ballfertigkeiten festigen, Ballspiele</p> <p>2 Geräteturnen ( Reck: Aufschwung, Unterschwung; Kasten: Aufhocken, Streck sprung, Aufhocken, Abrollen auf Weichboden, Boden: Rolle vw, Rad, Handstand, Bock: Grätsch sprung, Ringe: Schwingen, Schwingen mit Drehung, Schwebebalken: Balancieren, Waage, Minitrampolin: Streck sprung, Drehung, etc.</p> <p>4 sicheres Schwimmen in Brust- und Kraullage, erste Grundlagen in Rückenlage ausdauerndes Schwimmen, schnelles Schwimmen, Streckentauchen</p> <p>5 Laufen zu Musik, Bewegen zu Musik, Kleine Tänze</p> <p>6 Raufen und Ringen</p>	<p>1 Fang-, Lauf- u. Reaktionsspiele</p> <p>3 Laufen, Springen Werfen: Vorbereitung für das Sportfest (Bundesjugendspiele sowie Klassenwettkämpfe: Ausdauerlauf, Staffellauf, Medizinballstoßen, Völkerball)</p> <p>4 sicheres Schwimmen in Brust- und Kraullage, erste Grundlagen in Rückenlage ausdauerndes Schwimmen, schnelles Schwimmen, Streckentauchen, Staffelschwimmen</p> <p>7 Rollbrett, Kettcar, Inliner</p>

<p>Methoden, Hilfsmittel und Hinweise zu Differenzierung und Sicherheit</p>	<p>1 verschiedene Spiele</p> <p>3 Ausdauerschulung, Waldlauf, versch. Laufspiele (Memorylauf, Puzzelauf, laufen m. Musik, etc.) langsames, ausdauerndes Laufen schulen</p> <p>4 versch. Hilfsmittel (Brett, Schwimnudel, etc.)</p>	<p>4 versch. Hilfsmittel (Brett, Schwimnudel, etc.)</p> <p>7 Klare Regeln: Vorsicht mit Haaren, Händen</p>	<p>4 versch. Hilfsmittel (Brett, Schwimnudel, Tauchringe, etc.)</p> <p>6 feste Regeln werden besprochen</p>	<p>4 versch. Hilfsmittel (Brett, Schwimnudel, Tauchringe, etc.)</p>
<p>Fachsprache, Operatoren und Reflexion</p>	<p>1 Fairplay</p> <p>3 Reflexion über Lauftempo, Atmung, Puls</p>	<p>1 erlernen Kenntnisse zu Strukturen der Sportspiele, Kennen und handeln nach festgelegten Regeln, Kommunizieren über Lösungsmöglichkeiten bei Störungen</p> <p>7 Reflexion über Kontrolle über das Rollbrett</p>	<p>1 erlernen Kenntnisse zu Strukturen der Sportspiele, Kennen und handeln nach festgelegten Regeln, Kommunizieren über Lösungsmöglichkeiten bei Störungen</p> <p>2 Erlernen turnerische Fähigkeiten in der Grobform</p>	<p>3 Erlernen leichtathletische Fähigkeiten in der Grobform, Erlernen Auf- und Abbau der Geräte</p>
<p>Kompetenzaufbau Leistungsüberprüfung</p>	<p>3 Lauftag (15 min, 30 min oder 60 min) werden durch Urkunde dokumentiert. 30 min laufen werden erwartet</p>	<p>2 Vorturnen konkreter Übungen</p> <p>4 Schwimmzeiten werden gestoppt,</p> <p>7 Rollbrett-Parcour</p>	<p>2 Vorturnen konkreter Übungen</p>	<p>3 Leistungsmessung bei Sportfest</p>

	4 Situationen im Wasser sollen angemessen eingeschätzt werden, Verhaltensregeln werden angewendet,			
--	--	--	--	--