

Sport Klasse 3

Zeitraum	Erwartete Kompetenzen	Hinweise zu den Inhalten	Hinweise zur Durchführung
ca. 16 Std.	Spielen		
	Allgemeine Spielfähigkeit	Kleine Spiele	
	Sportartbezogene Spielfähigkeit	ein großes Ballspiel	vereinfachte, altersgerechte Regeln
ca. 10 Std.	Turnen		
	Turnen an Geräten	freies Bewegen an Großgeräten und Gerätekombinationen	frei gestaltete und (nach Vorgabe) veränderbare Gerätearrangements und Abläufe
	Rollen	vor-, rück- und seitwärts mit und ohne Geländehilfe Vorwärtsrolle	frei gestaltete Bewegungskombinationen mit / ohne schräge Ebene
	Schwingen und Schaukeln	Schwingen am Tau, Reck und Barren	
	Balancieren	unterschiedliche Hindernisse	fest und beweglich

Zeitraum	Erwartete Kompetenzen	Hinweise zu den Inhalten	Hinweise zur Durchführung
ca. 12 Std.	Laufen, Springen und Werfen		
	Laufen ausdauerndes Laufen schnelles Laufen	Lebensalter-Minutenläufe und Orientierungsläufe Starts nach akustischem und optischem Signal Steigerungsläufe und Zeitläufe	
	Springen	Weitspringen mit / ohne Höhenorientierung aus einer Absprungzone	Springen über Bananenkartons
	Werfen	Schlagwurf aus dem Stand / Angehen (Drei-Schritt-Anlauf)	Werfen mit verschiedenen Wurfgeräten
ca. 8 Std.	Kräfte messen und miteinander kämpfen		
	Wahrnehmung des eigenen Körpers und des Körpers des Partners	Berührungsspiele, Partner- und Gruppenkämpfe	
	Verantwortungsvoller Umgang mit sich selbst und dem Partner	Kampfbregeln Kämpfen vor Publikum	Regeln visualisieren
ca. 18 Std.	Individueller Bereich Vertiefung und Festigung der genannten Kompetenzen Einbindung weiterer Kompetenzen		