

Themenschwerpunkte für die 1. und 2. Klasse

Themenbereiche	Themen	erwartete Kompetenzen	Unterrichtsbeispiele	Lehr- und Lernmittel
Spiele	- vielfältige Spielformen erkunden - Spiele lernen und üben - fair spielen - Spiele finden - Spiel- und Wettkampfformen erleben - sich fit halten durch Spiele	- eine Spielidee erfassen, erklären und - umsetzen - Spielregeln vereinbaren und einhalten - miteinander und gegeneinander fair spielen - frei spielen können - Spielideen entwickeln	- Ketten-, Brückenticker - Chinesische Mauer - Hase und Jäger - Puzzle-, Farbenlauf - Haltet das Feld frei - Atomspiel - Zombieball - Feuer, Wasser, Blitz - Katz und Maus - Peter Pan - Eisticker - Schatzsuche - Obstsalat - Seeungeheuer - Der Löwe ist los/ Der Hai ist los - Schiffe versenken - Wäscheklammern - Popcorn - Schmetterlingstick - Krankenhaus - Räuber und Gendarm	- versch. Bälle - raumstrukturierende Materialien - Leibchen, Spielkarten, Aufgabenkarten - didaktische Lehr- und Organisationsmittel (Spielanleitungen, Magnettafeln, Stoppuhren, Pfeifen, Visualisierungshilfen) - nach Bedarf Beobachtungsbögen - Regelkarten

Laufen, Springen, Werfen	- Lauf-, Wurf- und Sprungmöglichkeiten erkunden - Leichtathletische Grundformen lernen und üben - Spiel- und Wettkampfformen erleben - sich fit halten durch Laufen, Werfen, Springen	- das Laufen unterschiedlichen Bedingungen anpassen - im schnellen, zielstrebigem Laufen - Gegenständen oder sich bewegendem - Personen ausweichen - zwischen ruhigem und durch Anstrengung beschleunigtem Puls unterscheiden - mit unterschiedlichen Materialien und Bällen werfen - Bälle einhändig gegen eine Wand werfen und den abprallenden Ball auffangen - in die Weite und Höhe springen und sicher landen	- Memory-Lauf - Zahlen-Lauf - Puzzle-Lauf - Luftballon-Lauf - verschiedene Staffelformen - Tiergangan nachahmen - Zeitschätzspiele - Linienlauf - Spielkartenlauf - Tennisballtransport - kleine Ballschule/ Stationsarbeit - Partnerwerfen - Weitwurf - Ball treiben - Zonenspringen - aus einem Anlauf von einem Sprungbrett auf eine dicke Matte springen - über Bananenkisten springen - Sprungstaffel - Bundesjugendspiele - alternatives Sportfest	- Markierungsteller, - Hütchen, - Seile, - Sprungkästen, - Bänke, - Matten - Sandsäckchen, - Wurfringe, - Tennisbälle, - Stoppuhren, - Messbänder, - Hindernisse
-------------------------------------	--	--	---	---

Rhythmisieren, Gestalten, Tanzen	- Grundformen der Bewegung erkunden - Rhythmische Grundformen lernen und üben - Reize wahrnehmen und in Bewegung umsetzen - imitieren, improvisieren, gestalten und darstellen - Bewegungskunststücke erleben - sich fit halten durch Gestalten und Darstellen	- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern - Bewegungserfahrungen sammeln - sich körperlich ausdrücken - Bewegung gestalten - kreative Bewegungen mit Handgeräten und Alltagsobjekten durchführen - Vorführung eines einfachen Tanzes - Bewegen in tänzerischen Grundformen - Bewegungen an unterschiedliche Geräusche, einfache Rhythmen und Musikstücke anpassen - mit Bewegungen Alltagssituationen, Gefühle darstellen - Rollen und Stimmungen darstellen	- Stopp-Tanz - Spiegeltanz - Luftballontanz - Bewegen mit dem Tuch/Reifen - Partnertausch - Reaktionstanz - Atomspiel - Emotionen den Musikstücken zuordnen und darstellen - Pantomime - eine Choreographie gestalten - Farbentanz - Stationsarbeit mit verschiedenen Aufgaben (Duett, Solo, Vormachen- Nachmachen, Dirigentenstation) - Bewegungen in der tiefen, mittleren und hohen Ebene durchführen - im Rhythmus der Musik tanzen (Wechsel schnell-langsam; eckig-rund) - Tierimitationen - Tanzgeschichten	- Musikanlage - Rhythmusinstrumente - Spiegel - Tücher - Bänder - Videos - Apps - Ringe - Bälle - Seile - Keulen
Raufen und Ringen	- Vertrauensübungen - Zweikampf - Angeleitete Raufspiele	- Akzeptieren und verstehen von Regeln - Kontrolle und Rücksichtnahme im Umgang mit anderen - Vertrauen in die eigene Stärke - Selbstbeherrschung	- Mattenkämpfe - Verteuensspiele, z.B. Blindenführer, Rückenduell	- Matten - Poolnudeln - Regelplakat - Handzeichenkarten - Bei Bedarf Reflexionsbögen

Turnen	- Geräte in freien Bewegungen erkunden - Turnerische Grundformen lernen und üben - sich helfen - sachgerecht und selbständig mit Geräten umgehen - Spiel- und Wettkampfformen erleben - sich fit halten an und mit Geräten	- sachgerecht mit Klein- und Großgeräten umgehen - Verletzungen und Sachschäden vermeiden - sicherer Auf- und Abbau von Geräten - den Körper wahrnehmen - Entwicklung von Körperspannung und Kraft - kreativ und freudvoll bewegen - einfache Helfergriffe und Formen des Sicherns anwenden - auf ungewohnte räumliche- und gerätespezifische Bewegungserfahrungen einlassen	- Dschungelsafari - Bewegungslandschaften - Stationsarbeit - Inselhopping - erlebnisorientierte Erfahrungen (Balancieren, Springen, Ziehen (etc.)) - Spiele mit Groß- und Kleingeräten - Mattentransport - Langbankspiele - Bewegungsgeschichten - Bewegungstheater - Kunststücke mit unterschiedlichen Materialien - Grundformen des Jonglierens - Grundelemente der Akrobatik - grundlegende Bewegungsformen an unterschiedlichen Geräten durchführen - Bewegungen mit dem Band - Turnfest - Aufbau-tag (Bewegungslandschaft)	- Matten - Langbänke - Kästen - Barren - Reck - Sprossenwand - Ringe / Trapez - Kleingeräte - Sprungbrett
Rollen, Gleiten, Fahren	- sicherer Umgang mit Rollbrettern / Pedalos - sicherer Umgang mit Roller und Fahrrad	- Schulung des Gleichgewichtes - Partnerarbeit - Schulung des Reaktionsvermögens - Rollbrettführerschein - kooperative Übungen	- Rollbrett-parkours - Sicherheitsregeln - Balanceübungen - Ziehen und Schieben eines Partners - Frühradfahren	- Pedalos - Roller - Fahrräder - Wackelbank - Matten - Wippe - Seile, Stäbe, etc. - Schutzausrüstung