

## Fach: Sport und Bewegung

## 3. Klasse

| Basiswissen                                                                       | Angestrebte Kompetenzen                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Körpererfahrung und Bewegungsgestaltung</b>                                    |                                                                                          |
| Bewegungsabläufe bezogen auf Raum, Zeit und Gleichgewicht ausführen und verändern | kann Bewegungsabläufe ausführen und verändern<br>kann Körperspannung aufbauen und halten |
| <b>Sportmotorische Grundqualifikationen</b>                                       |                                                                                          |
| Bewegungen mit und an Geräten erproben und koordiniert durchführen                | kann verschiedene Übungen ausführen                                                      |
| Verschiedene Formen des Laufens, Werfens und Springens anwenden                   | kann verschiedene Lauf-, Sprung- und Wurftechniken ausführen                             |
| Die eigenen sportmotorischen Fähigkeiten einschätzen und bewusst einsetzen        | kann Gefahren einschätzen und Unfälle vermeiden                                          |
| <b>Bewegungs- und Sportspiele</b>                                                 |                                                                                          |
| Sportspiele ausführen                                                             | kann unterschiedliche Partner- und Mannschaftsspiele erfassen und umsetzen               |
| Die Spielregeln einhalten, sich gegenseitig unterstützen und Rücksicht nehmen     | kennt Verhaltensregeln von Bewegungs-, Wett- und Sportspielen und hält sie ein           |
| <b>Bewegung und Sport im Freien und im Wasser</b>                                 |                                                                                          |
| Sich im freien Gelände angemessen bewegen                                         | -kann ausgewählte Aktivitäten im Freien ausführen                                        |
| Ins Wasser springen und sich über Wasser halten                                   | kann sich im Wasser mit oder ohne Hilfsmittel bewegen                                    |