



Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Der **Sportunterricht** in der **Grundschule** Schleswig-Holstein fördert die motorischen, sozialen und gesundheitlichen **Kompetenzen** der SchülerInnen. Durch verschiedene **Bewegungsspiele** und **Sportarten** werden die **körperliche Fitness** und die **Koordinationsfähigkeiten** entwickelt. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Vermittlung von **Fairness** und **Teamgeist**, die durch **Gruppenaktivitäten** und **Mannschaftsspiele** gestärkt werden. **Bewegung** und **Sport** tragen zur **ganzheitlichen Entwicklung** der Kinder bei und fördern ihr **Wohlbefinden**.

Für die Planung, Durchführung und Auswertung des Sportunterrichts bilden 6 pädagogische Perspektiven die fachdidaktischen Leitlinien. Diese sollen im Unterricht verwirklicht werden.

6 Leitlinien:

- 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

Ziel ist es im Unterricht, in den folgenden 7 Bewegungsfeldern, prozessbezogene und inhaltsbezogene Kompetenzen zu erwerben. Die S sollen selbstbestimmt und eigenverantwortlich an der Bewegungs- und Sportkultur teilhaben. Inhaltlich sollen grundlegende motorische Fähigkeiten und Fertigkeiten, Kenntnisse sowie Einstellungen und Haltungen aufgebaut werden.





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 1 und 2	Rollen / Gleiten / Fahren
	• Pedalos • Rollbrett: ◦ Regeln gemeinsam erarbeiten und festigen – Helikopter (drehen mit dem Rollbrett) ◦ zu zweit fahren ◦ jmd. anschieben/angeschoben werden ◦ lenken und bremsen ◦ vorwärts, rückwärts und seitwärts fahren - unter einem Tunnel hindurchfahren ◦ schnell fahren (Parcours, Wettfahren, 6-Tage- Rennen mit dem Rollbrett) ◦ Rollbrettführerschein
	Spielen • Tick- und Fangspiele • Lauf- und Kooperationsspiele • Ballspiele • Spielideen kennenlernen, erfassen, erklären und umsetzen (nach Regeln fair miteinander spielen) • Mit Spielgeräten angemessen umgehen





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 1 und 2	Turnen
	• Rolle vorwärts (auf verschiedenen Ebenen) • Balancieren • Hockwende über Langbank • Schaukeln, Schwingen und Hangeln • Springseil springen • Klettern • Sprünge von verschiedenen Geräten • sachgerechten Umgang mit Geräten erlernen
	Laufen / Springen / Werfen
	• Laufen an unterschiedliche Bedingungen anpassen (vielfältige Lauferfahrungen sammeln) ◦ Sprinten in spielerischer Form ◦ Spiele zum ausdauernden Laufen/Ausdauertraining ◦ mit und ohne Sprungbrett über ein Hindernis springen - Weitsprung ◦ Fang- und Wurfspiele ◦ Weit- und Zielwurf ◦ Staffellauf ◦ Bundesjugendspiele, „HU-Läuft“, AOK-Laufwettbewerb





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 1 und 2	Rhythmisieren / Gestalten / Tanzen
	• Rhythmen in entsprechende Bewegungen umsetzen, sich nach einem eindeutigen Takt (Musik/Trommeln) entsprechend bewegen • sich pantomimisch in unterschiedlichen Rollen bewegen • Schwungtuch -Einüben eines Tanzes
	Raufen / Ringen
	• Partner- und Mannschaftskämpfe (fair und sicher kämpfen) • selbst Fairnessregeln erarbeiten • Spielformen zum Ringen & Raufen





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 3 und 4	Rollen / Gleiten / Fahren
	• Verkehrstraining
	Spielen
	• Ballspiele als Mannschaftssport • nach Regeln mannschaftlich miteinander spielen, Regeln weiterentwickeln, mit Niederlagen/Sieg umgehen • Wurf- und Fangtechniken erlernen und situativ taktisches Verhalten entwickeln • Superballturnier • Spielformen zum Fußball, Basketball, Handball, Unihockey oder zu Rückschlagspielen





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 3 und 4	Turnen
	• sicher über ein Gerät turnen • Rad, Zappelhandstand, (Handstand) • Strecksprung • Rolle, Unterschwing, Hüftaufschwung am Reck • (Stufen-)Barren • Stützsprung und Sprunggrätsche (Bock) • Aufbaupläne umsetzen • Aufhocken, Hockwende über Kasten
	Laufen / Springen / Werfen
	• Einführung und Festigung der Techniken • Sprinttraining/Kurzstreckenläufe • Ausdauertraining (ggf. Laufabzeichen) • Weitsprung • Schlagwurf • Zielwerfen • Pendelstaffel, Rundstaffel • Bundesjugendspiele, „HU-Läuft“, AOK-Laufwettbewerb





Grundschule: Lütte School

Kompetenzraster Sport

Sport Klassenstufe 3 und 4	Schwimmen (Schwimmprojekt)
	• Baderegeln ◦ Wassergewöhnung, Atemtechnik ◦ verschiedene Schwimmtechniken ◦ tauchen, Ringe tauchen ◦ Sprünge vom Beckenrand ◦ Abzeichen: „Seepferdchen“
	Rhythmisieren / Gestalten / Tanzen
	• Einübung eines Tanzes für Weihnachts- und Sommerfest • Choreographie erstellen
	Raufen / Ringen
	• Partner- und Mannschaftskämpfe (geschickt und fair/sicher kämpfen) • selbst Fairnessregeln erarbeiten und Schiedsrichterfunktion übernehmen • Spielformen zum Ringen & Raufen

Stand: Juli 2025