

Curricolo della scuola Schulcurriculum Istituto Comprensivo/Schulsprenkel Badia-Abtei	Movimento e sport Bewegung und Sport	5. classe scuola primaria 5. Klasse Grundschule
---	---	--

Traguardi di sviluppo delle competenze al termine della scuola primaria

L'alunna, l'alunno sa

- praticare con gioia gioco e sport in diversi ambienti, esprimersi creativamente attraverso il movimento
- utilizzare e migliorare capacità basilari motorico-sportive in diversi contesti di gioco e di sport, sperimentare strategie e tattiche e valutare possibili pericoli
- giocare in gruppo, cooperare e rispettare le regole e comportarsi in modo leale

Kompetenzziele am Ende der Grundschule

Die Schülerin, der Schüler kann

- Spiel und Sport in verschiedenen Umgebungen mit Freude ausüben und sich durch Bewegung kreativ ausdrücken
- in verschiedenen Spiel- und Sportsituationen sportmotorische Grundqualifikationen anwenden und verbessern, Strategien und Taktiken ausprobieren und mögliche Gefahren einschätzen
- in der Gruppe spielen und kooperieren, Regeln einhalten und sich fair verhalten

	Abilità e capacità Fertigkeiten und Fähigkeiten	Conoscenze Kenntnisse	Saperi di base / Argomenti / Contenuti Basiswissen / Themenkreise / Mögliche Inhalte	Indicazioni metodologiche e didattiche / Materiali / Media / Strumenti Methodisch-didaktische Hinweise – Materialien – Medien – Instrumente	Attività interdisciplinari e aggiunte personali Fächerübergreifende Möglichkeiten und persönliche Ergänzungen
Esperienza corporea ed espressione del movimento	Combinare, armonizzare, variare ed eseguire in modo coordinato sequenze motorie e posture	Esercizi di coordinazione, danze	Themenparcours auf Zeit bewältigen Zirkeltraining - Gerätelandschaften Konditionsgymnastik mit Musik Bewegung zu moderner Musik Kinder- und Volkstänzen Evt: Jonglieren mit Tüchern, Tellern und Bällen; gehen auf der Walze Evt: Hand- und Kopfstand	Bewegung unter Zeitdruck Geräte selbstständig und sportartspezifisch nutzen Rhythmisches Bewegen mit und ohne Musik Schrittfolgen beim Tanzen einhalten und richtig ausführen	Musik Sprachen
	Osservare i mutamenti fisiologici derivanti dal movimento e dallo sport e adattare i carichi conseguentemente	Respirazione, frequenza cardiaca, tono muscolare	Stretching Entspannungsübungen Funktionsgymnastik Streck- Dehnungs- und Kräftigungsübungen	den Puls messen, einschätzen und berechnen Körpermassage Körperspannung und –entspannung bewusst eine gesunde Körperhaltung einnehmen Auswirkungen von Bewegung und Sport auf die Gesundheit erkennen und benennen	Naturwissenschaften: Unser Körper Gesunde Ernährung Mathematik: Tabellen, Diagramme, Statistik, Wahrscheinlichkeit

Sportmotorische Grundqualifikationen	Unterschiedliche Formen des Laufens, Werfens und Springens sportartspezifisch anwenden	Lauf-, Wurf- und Sprungtechniken	Dauerläufe Sprintläufe über 60 bis 100 m Reaktionsspiele Staffelläufe Verfolgungsläufe Fangspiele Hindernis- und Hürdenlauf Überholläufe Weitsprung Evt.Hochsprung Scherensprung Springen über Geräte Sprungbrett Evt.Minitrampolin Seilspringen gezielt einsetzen und üben werfen, prellen, dribbeln und passen Einwurf Wurfstationen Dosenwerfen Korbwerfen Werfen mit verschiedenen Wurfgeräten (Gummiring, Frisbee, Vortex...) Ballweitwurf	Laufen in vielfältigen Formen und Variationen Ausdauerläufe Verschiedene Staffelformen Teamgeist stärken Variationen und Formen des Springens festigen Springen an Geräten Reifen Rope Skipping (Seilspringen zu zweit, überkreuzt, in Gruppen, rückwärts...) verschiedene Formen des Fangens und Werfens mit verschiedenen Wurfgeräten und verschiedenen Bällen schulen in/über/auf Ziele werfen weit werfen verschiedene Wurfformen festigen: werfen, schleudern und stoßen	Mathematik: Längen schätzen und messen Geometrie: Umfang Tabellen, Diagramme und Statistik Sprachen: Wortschatzerweiterung
Giochi di movimento e sportivi	Partecipare attivamente a giochi sportivi	Giochi sportivi e le loro regole	Mögliche Spiele: Basketball Badminton Fußball Ball über die Schnur Volleyball Handball Brennball Mattenball	Einsatz bei Mannschaftsspielen zeigen schrittweises Einführen von Sportspielen Anleitungen und Spielregeln kennen und einhalten Variationen von Sportspielen anbieten sportartspezifische Begriffe kennen	Literaturhinweis: www.die-schnelle-sportstunde.de

			Völkerball Kastenball		
	Sostenersi reciprocamente e rapportarsi ai compagni con lealtà	Regole della lealtà	Mannschaftsspiele	angemessenes Verhalten bei Sieg oder Niederlage Teamfähigkeit Spielgeräte angemessen benutzen und nicht beschädigen Respekt Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen	
Bewegung und Sport im Freien	Bewegungsabläufe und Sportarten im Freien ausführen	Bewegungs- und Sportarten	Wandern Orientierungslauf Leichtathletik auf dem Sportplatz Evt. rodeln, eislaufen, schneeschuhwandern	sportliche Aktivitäten als sinnvolles Freizeitangebot kennen lernen sich in der Natur orientieren die nähere Umgebung als Bewegungsraum nutzen	Geografie Naturwissenschaften (Radführerschein, Verkehrserziehung, Landschaftsformen und Karten lesen)