

Sport Klasse **3**
Weihnachtsferien bis Osterferien

Themen und Inhalte	Kompetenzen
Turnen • Schwingen, Hangeln, Klettern, Balancieren, Rollen, Springen, Fliegen, Drehen und Stützen • Sprunggewöhnung am Minitrampolin • funktionales Stützen an Geräten und am Boden • Abenteuer- und Erlebnisturnen • Kombinationen von Bewegungen und Veränderung der Körperlage im Raum • spielerische Übungen zur Verbesserung der Körperspannung sowie der Stütz-, Halte- und Sprungkraft • spielerische Übungen zur Verbesserung turnerischer Grundlagen (Gleichgewicht, Orientierungs- und Kopplungsfähigkeit) • Transport von Geräten und Auf-/Abbau nach Plänen • Sicherheit beim Turnen an/mit Geräten <i>Turnfest</i> (letzte Woche vor den Osterferien)	Die Schüler und Schülerinnen ... • zeigen Bereitschaft, turnerische Handlungen zu vollziehen • gestalten und üben turnerische Grundtätigkeiten • kennen erste Übungskombinationen • erlernen turnerische Fertigkeiten (Grobform) • können Körperspannung halten • halten sich fit • reflektieren subjektive Wahrnehmung des Körpers • erwerben koordinative und konditionelle Fähigkeiten • zeigen Anstrengungsbereitschaft und Konzentration • kooperieren beim Turnen • kommunizieren beim Auf- und Abbau • kennen sachgerechten Umgang mit Turngeräten