

Bewegung / Sport

Bildungsplan für den Elementar- und Primarbereich

Herausgegeben von der Senatorin für Kinder und Bildung
Rembertiring 8–12
28195 Bremen
<https://www.bildung.bremen.de>

Stand: 09/2025

Ansprechpartnerin im Landesinstitut für Schule: Dr. Nikola Leufer

Inhaltsverzeichnis

Vorbemerkung	4
1 Aufgaben und Ziele im Bildungsbereich Bewegung und Sport	5
1.1 Beitrag zur Bildung	5
1.2 Kompetenzbereiche	6
2 Lernen im Bildungsbereich Bewegung und Sport in Kita und Grundschule	15
2.1 Anschlussfähiges Lernen gestalten	15
2.2 Gestaltungsprinzipien	16
2.3 Beobachten, dokumentieren, rückmelden und beurteilen	18
3 Entwicklung von Kompetenzen im Bildungsbereich Bewegung und Sport	20
3.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	21
3.2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	23
3.3 Laufen, Springen, Werfen	25
3.4 Bewegen an Geräten	27
3.5 Bewegen im Wasser	29
3.6 Gleiten, Fahren, Rollen	31
3.7 Ringen und Kämpfen	32
3.8 Spielen in und mit Regelstrukturen	34
3.9 Gestalten, Tanzen, Darstellen	35
4 Standards	37
4.1 Laufen, Springen, Werfen	37
4.2 Bewegen an Geräten	38
4.3 Bewegen im Wasser	39
4.4 Gleiten, Fahren, Rollen	40
4.5 Ringen und Kämpfen	40
4.6 Spielen in und mit Regelstrukturen	41
4.7 Gestalten, Tanzen, Darstellen	41

Vorbemerkung

Das Vorhaben „Bildungsplan 0 bis 10 im Land Bremen“ (BP 0–10) bildet die Basis einer durchgängigen und anschlussfähigen Zusammenarbeit von Einrichtungen der Kindertagesbetreuung und Grundschulen. Der gesetzlich verankerte Bildungs- und Erziehungsauftrag von Elementar- und Primarbereich und das gemeinsame Verständnis der kooperativen Gestaltung kontinuierlicher kindlicher Bildungsprozesse werden in den „Pädagogischen Leitideen“ (2018) beschrieben. Die „Bildungspläne“ im Rahmen des BP 0–10 konkretisieren diesen Auftrag für das fachliche Lehren und Lernen.

Der vorliegende Bildungsplan für den Bereich Bewegung und das Fach Sport richtet sich gleichermaßen an Fachkräfte in Einrichtungen der Kindertagesbetreuung und an Lehrkräfte an Grundschulen im Land Bremen, darüber hinaus auch

- an die Träger dieser Einrichtungen,
- an die Verantwortlichen in der Verwaltung,
- an die Verantwortlichen für die Aus- und Weiterbildung der Fach-/Lehrkräfte,

für deren Tätigkeit er eine verbindliche fachliche Grundlage darstellt, sowie an Bezugspersonen der Kinder im Alter von 0 bis 10 Jahren, denen er eine verlässliche Orientierung bieten soll. Als verbindlicher Bildungsplan für das Fach Sport der Grundschule im Land Bremen (Grundschulverordnung § 2) stellt er insbesondere die Grundlage für die Entwicklung schulinterner Curricula dar, in denen Festlegungen über Unterrichtsinhalte und Unterrichtsgestaltung (z. B. auch fächerübergreifende Projekte) an der Einzelschule getroffen werden (Grundschulverordnung § 9 (4)).

Der vorliegende Bildungsplan strukturiert den Bildungsbereich Bewegung und das Fach Sport entlang fachdidaktisch begründeter Kompetenzbereiche und formuliert fachübergreifende didaktische Prinzipien zum Lernen der Kinder über die institutionellen Grenzen hinweg (Kap. 1 und 2). Die beschriebenen Aktivitäten in Kapitel 3 dienen als Grundlage für die Begleitung kindlicher Bildungsprozesse und die Planung und Ausgestaltung von Lernangeboten.

Das Kapitel 4 des vorliegenden Bildungsplans richtet sich ausschließlich an die Grundschule und formuliert erwartete Lernergebnisse als verbindliche Anforderungen (Standards) zu zwei Zeitpunkten: am Ende der Jahrgangsstufe 2 und am Ende der Jahrgangsstufe 4 (gemäß Grundschulverordnung § 2 (5)). Diese Anforderungen beschränken sich auf wesentliche fachbezogene Kenntnisse und Fähigkeiten und sind als fachbezogene Kompetenzen beschrieben. Damit werden die Voraussetzungen geschaffen, um ein klares Anspruchsniveau an der Einzelschule bzw. allen Schulen im Land Bremen zu sichern.

Im Sinne der Ermöglichung einer durchgehenden Bildungsbiografie bereitet die Grundschule auf den Übergang in den 5. Jahrgang der Oberschule bzw. des Gymnasiums vor. Eine Orientierung über die weiterführenden fachlichen Anforderungen bieten die Bildungspläne der entsprechenden Fächer für die Sekundarstufe I im Land Bremen.

Verbindliche Querschnittsaufgaben aller Bildungsbereiche bzw. Fächer werden über die fachintegrierten Anbindungen im Bildungsbereich bzw. Fach hinaus in gesonderten Plänen (Orientierungsrahmen) beschrieben. Hierzu gehören u. a. die Vermittlung sprachlicher Kompetenzen, digitale und kulturelle Bildung sowie die Thematisierung von Bildungsinhalten der nachhaltigen Entwicklung (BNE).

1 Aufgaben und Ziele im Bildungsbereich Bewegung und Sport

1.1 Beitrag zur Bildung

Bewegung wird aus pädagogischer Sicht als Medium der intentionalen Auseinandersetzung des Kindes mit seiner sozialen und materialen Lebenswelt verstanden. Diese Sichtweise beruht auf anthropologischen Grundannahmen vom Menschen als handelndes, kulturelles, gesellschaftliches Wesen.

Im Bildungsbereich Bewegung und im Fach Sport wird motorisches, kognitives, soziales und kulturelles Lernen als untrennbar verstanden, da Bewegungshandeln diese Bereiche gleichzeitig anregt und miteinander verknüpft. Damit bildet es eine Basis für ganzheitliche Bildungs- und Lernprozesse und stellt die Grundlage einer bewegungsbildenden Kultur im Lebensraum der Bildungsinstitutionen dar, in der verantwortungsvoller Umgang mit dem eigenen Körper, der eigenen Gesundheit und dem aktiven Wohlbefinden erfahren werden kann. Bewegung versteht sich als wesentliches Prinzip für den Vermittlungsprozess in allen Fächern. Kindgerechte und bewegungsanregende Vermittlungsformen, lernerschließendes und lernbegleitendes Bewegen, Rhythmisierung des Krippen-, Kindertagesstätten- und Schulalltags sowie Bewegungspausen eröffnen über die expliziten Lernangebote hinaus weitere Handlungsfelder des Bildungsbereiches Bewegung und Sport.

Im Rahmen der ästhetischen Bildung in Krippe, Kindertagesstätte und Grundschule können die ästhetischen Potentiale der Bewegungsbildung genutzt werden, um präreflexive, intuitive Wahrnehmung und mimetische Ausdrucksformen zu entwickeln. Das Kind erfährt nicht nur in der Unmittelbarkeit von Spiel- und Bewegungssituationen die Beziehung von Rezeption und Produktion, von innerem Eindruck und äußerlichem Ausdruck. Es kann ebenso seine Gesten und ganzkörperlichen Bewegungen in andere expressive Ausdrucksformen der Musik, der Sprache und künstlerischer Artefakte transformieren.

Bewegung, Spiel und Sport eröffnen besondere personale und soziale Lern- und Bildungschancen, da Kinder hier Zugehörigkeit und Teilhabe körperlich intensiv erfahren. Zugleich werden sie aber auch mit konfliktreichen Auseinandersetzungen konfrontiert. In der körperlichen Begegnung mit anderen kann Verschiedenheit wertschätzend gestaltet werden.

Bewegung besitzt aus pädagogischer Perspektive damit eine doppelte Bedeutung: Zum einen geht es um das Erlernen von Bewegungsformen im Hinblick auf die aktive Teilhabe an der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur. Diese erschließt sich Kindern in vielfältigen Sinndimensionen (vgl. Kap. 1.2). Zum anderen initiiert und begleitet Bewegung als leiblich-sinnliches Medium Lern- und Bildungsprozesse in einem erweiterten Sinn (s. o.). Die übergeordnete Zielsetzung der Bewegungsbildung im Kindesalter besteht demzufolge in der Herausbildung individueller Handlungsfähigkeit in Bewegung, Spiel und Sport – mit dem Ziel, eine lebenslange, sinnhafte und selbstbestimmte Bewegungs- und Sportpraxis zu ermöglichen.

Im schulischen Kontext wird diese Zielsetzung durch den erzieherischen Doppelauftrag – Erziehung zum und durch Sport – konkretisiert. Dies beinhaltet

- die Erschließung der Bewegungs- und Sportkultur sowie
- die Entwicklung und Bildung durch Bewegung und Sport.

Im Elementarbereich wird hierfür eine leiblich (körperlich) und sozial fundierte Grundlage gelegt.

1.2 Kompetenzbereiche

Bereits im Elementarbereich erwerben Kinder motorische Kompetenzen in vielfältigen Bewegungsfeldern – etwa im freien Spiel, in alltagsintegrierten Bewegungssituationen oder in angeleiteten Bewegungsangeboten. Pädagogische Fachkräfte begleiten diesen Prozess, indem sie diese Bewegungsfelder mit Sinndimensionen verbinden (vgl. Abbildung 1). Auf diese Weise werden Lernimpulse gesetzt, die eine ganzheitliche Bildungswirkung entfalten. In der Grundschule knüpft der Sportunterricht an diese Grundlagen an und führt sie im Sinne des Doppelauftrags (vgl. Kap. 1.1) systematisch weiter. Sinndimensionen bieten den Kontext, in dem überfachliche Kompetenzen entstehen und gefördert werden können. Sie helfen Kindern, die Bewegung nicht nur als eine körperliche Tätigkeit, sondern als eine bedeutsame, sinnstiftende Erfahrung wahrzunehmen, aus der sie Fähigkeiten für ihr weiteres Leben entwickeln. Durch didaktisch-methodische Berücksichtigung der Sinndimensionen kann auf vielfältige Weise die umfassende Entwicklung der Kinder im emotionalen und sozialen Bereich unterstützt und ihre motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitert werden.

Da der Sinn einer Bewegungshandlung nur vom Individuum selbst bestimmt werden kann, werden die Sinndimensionen im vorliegenden Bildungsplan in Anlehnung an das Modell von D. Kurz¹ unterschieden und vom Kind aus formuliert. Damit sollen unterschiedliche Motive und die vielschichtige Bedeutung von Bewegung angesprochen werden.



Abbildung 1: Bewegungsfelder und Sinndimensionen

¹ Kurz, D. (2004): Von der Vielfalt sportlichen Sinns zu den pädagogischen Perspektiven im Schulsport. In Neumann, P.; Balz, E. (Hrsg.): Mehrperspektivischer Sportunterricht. Orientierungen und Beispiele. Schorndorf: Hofmann, S. 57 - 70.

Im Folgenden werden die Sinndimensionen und die Bewegungsfelder überblicksartig erläutert. Im 3. und 4. Kapitel werden die Aktivitäten und Inhalte zur Entwicklung und Förderung der entsprechenden Kompetenzen sowie die Anforderungen in der Schule (Standards) entlang der Bewegungsfelder und der Sinndimensionen strukturiert.

1.2.1 Sinndimensionen

Erfahren und Entdecken

Die Sinndimension „Erfahren und Entdecken“ zielt vorrangig auf die Entwicklung der Fähigkeit, den Raum, Materialien und den eigenen Körper bewusst und differenziert wahrzunehmen, deren Eigenschaften zu erkunden und diese Erfahrungen zur Lösung von Bewegungsaufgaben zu nutzen. In unterschiedlichen Bewegungshandlungen und durch vielfältige Sinneserfahrungen bilden Kinder Wahrnehmungsfähigkeit sowie Raumorientierung aus und können das Zusammenspiel der Sinne erfahren. Vielgestaltige Bewegungs- und Raumerfahrungen als unmittelbare Körpererfahrungen ermöglichen Kindern sinnlich-ästhetische Eindrücke im „Hier und Jetzt“, die sie genussvoll wahrnehmen können. Insbesondere im frühkindlichen Bildungsbereich hat das „Erfahren und Entdecken“ eine strukturierende, vorbereitende und vermittelnde Funktion, die andere Dimensionen einleitet oder ermöglicht. Auf diese Weise sollen Kinder zur selbsttätigen Weltaneignung, zur Entwicklung des Selbstvertrauens und des Selbstkonzeptes sowie zur Erweiterung ihres Bewegungsrepertoires und Entfaltung ihrer Ausdrucksmöglichkeiten ermutigt werden.

Das Leisten erfahren und reflektieren

Die Sinndimension „Das Leisten erfahren und reflektieren“ bildet besonders die Fähigkeit des selbstwirksamen Handelns aus. Kinder lernen Bewegung und Sport als einen Bereich kennen, in dem sie in Bewegungssituationen durch ausdauerndes Üben, persönlichen Einsatz und Anstrengung Erfolge erzielen können. Die Kinder sollen individuelle Formen des Leistens und des Leistungsfortschritts sowie den Vergleich von Leistungen in Bezug auf andere reflektieren.

Sich wohl und gesund fühlen

Die Sinndimension „Sich wohl und gesund fühlen“ unterstützt die Fähigkeit der Selbstregulation und die Fähigkeit gesundheitsförderlich zu handeln. Kinder suchen in der Bewegung den genussvollen Umgang mit dem eigenen Körper. Sie sollen Empfindungen und Gefühle in Bewegungshandlungen erfahren und diese in Bezug auf das persönliche Wohlbefinden reflektieren. Durch das bewusste Wahrnehmen des eigenen Leibes (Körpers) in Anspannung und Entspannung und unterschiedlich intensiver körperlicher Belastung können Kinder selbstregulative Fähigkeiten entwickeln und als wohltuend erleben.

Kooperieren, wetteifern und sich verständigen

Mit der Sinndimension „Kooperieren, wetteifern und sich verständigen“ sind die Entwicklung von Teamfähigkeit, Fairness und die Fähigkeit zur Konfliktlösung verbunden. Kinder sollen sich gemeinsam mit anderen bewegen, sich dabei miteinander verständigen und Spielregeln aushandeln. Sie sollen etwas zusammen gestalten und können sich als Teil einer Gruppe fühlen. Sie lernen in Spiel und Bewegung, die Individualität der anderen Kinder zu erkennen und zu respektieren. Die Kinder messen und vergleichen sich durch Bewegung mit anderen und suchen das Spiel gegeneinander.

Etwas wagen und verantworten

Die Sinndimension „Etwas wagen und verantworten“ zielt primär auf die Fähigkeiten, ein Wagnis einzugehen und dieses einschätzen zu können, sowie auf die Fähigkeit, entsprechend verantwortungsvolle Entscheidungen zu treffen und zu handeln. Unter dieser Perspektive können Kinder Bewegungs- und Spielsituationen aufsuchen, in denen sie ihre eigenen Fähigkeiten und Grenzen in Situationen mit unsicherem Ausgang erleben und die Auflösung der dadurch erzeugten Spannung als wohltuend wahrnehmen können. Dadurch sollen Kinder sowohl eine realistische Selbsteinschätzung als auch eine realistische Einschätzung eventueller Gefahren in Bewegungssituationen entwickeln. Die Kinder lernen Verantwortung für sich selbst und andere zu übernehmen, Ängste zu reflektieren und zu überwinden.

Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen

Die Sinndimension „Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen“ fördert im Besonderen gestalterische und schöpferische Fähigkeiten. Durch Bewegung und Spiel können Kinder ihre Gefühle und Stimmungen ausdrücken. Sie erfahren ihren Körper als Ausdrucksmittel und erleben eine unmittelbare körperlich-sinnliche Rückmeldung im Kontakt mit ihrer Umwelt. Damit verfügen sie über zusätzliche individuelle Kommunikationsmöglichkeiten und erweitern ihr sprachliches Repertoire durch ein nicht-sprachliches. Sie bilden ihre Bewegungskreativität heraus, indem sie bewusst Bewegungsideen aufgrund von sprachlichen, musikalischen oder bildlichen Impulsen schöpferisch gestalten.

1.2.2 Bewegungsfelder

Im vorliegenden Bildungsplan werden neun Bewegungsfelder unterschieden (vgl. Abbildung 1): „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“, „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“, „Laufen, Springen, Werfen“, „Bewegen an Geräten“, „Bewegen im Wasser“, „Gleiten, Fahren, Rollen“, „Ringern und Kämpfen“, „Spielen in und mit Regelstrukturen“, „Gestalten, Tanzen, Darstellen“.

Dabei werden die Bewegungsfelder „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ und „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“ als grundlegend für alle anderen Bewegungsfelder betrachtet.

Sie werden daher zuerst erläutert.

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

In diesem Bewegungsfeld setzen sich die Kinder in elementaren Wahrnehmungs- und Bewegungserfahrungen mit dem eigenen Körper auseinander. Sie sollen ihr Körperschema entwickeln, Bewegungssicherheit erwerben und die Wahrnehmungsfähigkeit verbessern. Themen der Raumorientierung, der Anspannung und Entspannung, Entwicklung koordinativer und konditioneller Fähigkeiten sowie der materialen und personalen Erfahrungen bilden die zentralen Aspekte dieses Bewegungsfeldes. Die hier angeeigneten Fähigkeiten sind grundlegend für die kindliche Entwicklung in den weiteren Bewegungsfeldern. Daher ist dieses Bewegungsfeld in allen anderen Bewegungsfeldern integriert und unterstützt diese wesentlich.

Eine bewusste Körper- und Raumwahrnehmung und grundlegende Bewegungsfähigkeiten sind erforderlich, um sich in anderen Bewegungsfeldern sicher, effektiv und kreativ bewegen zu können.

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Auch das Bewegungsfeld „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“ stellt eine zentrale Grundlage für sämtliche Bewegungsfelder dar. Das Spiel bietet Kindern einen elementaren Zugang zu Bewegung, sozialer Interaktion und kreativen Ausdrucksformen. Es ist eine natürliche Form des Lernens, die grundlegende Fähigkeiten fördert und Erfahrungen ermöglicht, die in allen weiteren Bewegungsfeldern bedeutsam sind. Beim Spielen können grundlegende motorische Fertigkeiten wie Laufen, Springen, Klettern oder Werfen erlernt und verfeinert werden. Gleichzeitig sollen sich Kinder soziale Kompetenzen wie das Entwickeln, Verstehen und Einhalten von Regeln, Kooperation und Kommunikation aneignen. Das Spiel fördert außerdem die Kreativität, indem Kinder traditionelle Spiele kennenlernen und eigene Spielideen entwickeln können. Durch das Erkunden von Innen- und Außenräumen als Spielräume lernen sie, sich sicher in verschiedenen Umgebungen zu bewegen.

Insgesamt bietet das Spiel einen motivierenden und vielseitigen Rahmen, der die Entwicklung von Bewegungsfähigkeiten, sozialen Kompetenzen und kreativen Ausdrucksformen unterstützen kann. Diese Fähigkeiten sollen in anderen Bewegungsfeldern vertieft und angewendet werden.

Laufen, Springen, Werfen

Innerhalb dieses Bewegungsfeldes werden Grundformen menschlicher Bewegung thematisiert. In Kindergarten und Grundschule werden diese Aktivitäten als grundlegende und eigenständige Bewegungsformen ausgeführt, die durch vielfältige Lauf-, Sprung- und Wurferfahrungen mit unterschiedlichen Materialien gebildet werden. Die Kinder erfahren in diesem Bewegungsfeld das Üben und Leisten, Wettkämpfen und Kooperieren in besonderem Maße. In der weiteren Entwicklung sollen Laufen, Werfen, Springen zu leichtathletischen Disziplinen führen, sind aber grundsätzlich als Bewegungsformen von sportartübergreifender Bedeutung.

- Laufen ist eine der elementarsten Bewegungsformen des Menschen und spielt in nahezu allen Sportarten eine zentrale Rolle. Es umfasst verschiedene Bewegungsarten wie Gehen, Joggen und Sprinten, die jeweils unterschiedliche Anforderungen an Kondition und Koordination stellen. Im Bildungsbereich Bewegung / im Fach Sport werden durch das Laufen die Ausdauer, die Schnelligkeit sowie die Lauftechnik gefördert.
- Das Werfen ist eine komplexe Bewegung, die die Fähigkeit erfordert, Kraft zielgerichtet einzusetzen und präzise Bewegungsabläufe zu koordinieren. Im Bildungsbereich Bewegung und im Fach Sport werden verschiedene Formen des Werfens gefördert, darunter das Stoßen, Schleudern oder Zielwerfen.
- Das Springen erfordert ein hohes Maß an Schnellkraft, Koordination und Körperbeherrschung. Von einfachen Sprungübungen wie Hüpfen oder Wechselsprüngen in der Kindertagesstätte bis hin zu komplexen Disziplinen wie dem Hoch- oder Weitsprung in der Grundschule kann ein breites Spektrum an Bewegungskompetenzen entwickelt werden. Im schulischen Kontext bieten Übungen wie Seilspringen oder Sprungstaffeln vielseitige Möglichkeiten, die Sprungkraft und die Koordination zu fördern.

Im Bewegungsfeld Laufen, Springen, Werfen werden Natur und Umgebung als Bewegungsraum erfahren, indem Lauf-, Wurf- und Sprungaktivitäten, Spiele und spielerische Wettkampfformen in natürlicher Umgebung (z. B. Bäche, Bäume, Grünflächen, Waldwege, Baumstämme) organisiert werden. Auf diese Weise soll ebenso ein bewusster und respektvoller Umgang mit der Natur gefördert werden.

Bewegen an Geräten

Beim Bewegen an und mit Geräten können Kinder ihren Körper in unterschiedlichen Raumlagen und Raumbeziehungen wahrnehmen, indem sie Erfahrungen z. B. mit Gleichgewicht, Schwerkraft und Höhe sammeln. Sie erkunden Material- und Bewegungseigenschaften der Geräte, in Krippe und Kita zunächst in Bewegungsbaustellen und Bewegungslandschaften in Innen- und Außenbereichen. Sie erfinden und erlernen Bewegungsformen wie z. B. Schaukeln, Balancieren, Klettern, Rollen, Schwingen, Drehen, Überschlagen und akrobatische Kunststücke, die sie kombinieren, variieren und präsentieren. Sie setzen sich mit individuellen Ängsten auseinander und lernen den sicheren und sachgerechten Umgang mit Geräten. Sie lernen Risiken einzuschätzen (z. B. beim Klettern) und Verantwortung für sich selbst und andere im gemeinsamen Bewegen sowie beim Helfen und Sichern zu übernehmen. Das Bewegen an Geräten im schulischen Kontext fördert eine Vielzahl motorischer Fähigkeiten, wie z. B.:

- Kraft: Das Stützen und Heben des eigenen Körpergewichts erfordert Kraft in Armen, Beinen und der Rumpfmuskulatur.
- Koordination: Komplexe Bewegungsabfolgen verbessern die sensomotorische Steuerung und die räumlich-zeitliche Orientierung.
- Beweglichkeit: Viele Turnelemente setzen ein hohes Maß an Gelenkbeweglichkeit voraus und fördern diese gezielt.
- Gleichgewicht: Das Balancieren und präzise Landen nach Sprüngen schult das Gleichgewicht und die Körperkontrolle.

Bewegen im Wasser

Das Bewegungsfeld „Bewegen im Wasser“ eröffnet Kindern Bewegungserfahrungen, die nur in diesem Element möglich sind. Kinder sollen dabei Freude am und im Wasser entwickeln, Wohlbefinden erfahren und lernen, individuelle Unsicherheiten und Herausforderungen zu überwinden. Wesentlich ist auch das Erlernen grundlegender Sicherheitsregeln für künstliche (z. B. Schwimmbäder) und natürliche Gewässer. Wasser unterscheidet sich grundlegend von Bewegungen an Land durch spezifische physikalische Eigenschaften, die einzigartige Voraussetzungen für Bewegungslernen und -förderung schaffen:

- Auftrieb: Die Entlastung des Körpers erleichtert Bewegungen und schont die Gelenke.
- Widerstand: Der natürliche Wasserwiderstand stärkt Kraft und Ausdauer.
- Thermische Reize: Das Wasser stimuliert das Kreislauf- und Immunsystem durch Temperatur- und Hautreize.

Zentrale Themen in diesem Bewegungsfeld betreffen in Krippe und Kindertagesstätte Wassergewöhnung, kleine Spiele im Wasser, Fortbewegung im, unter und auf dem Wasser, im späteren Verlauf Wasserspringen, Sicherheit im Wasser sowie Umgang mit Materialien wie Schwimmhilfen oder Tauchringen. Aktivitäten der Fortbewegung im Wasser ermöglichen und entwickeln Fertigkeiten und Fähigkeiten des Schwimmens in verschiedenen Techniken wie Brustschwimmen und Fortbewegen in Rückenlage. Bewegungen unter Wasser bewirken die Herausbildung von zielgerichteten Handlungen unter Wasser wie das Erkunden und Sammeln von Gegenständen und fordern eine spezielle Atemtechnik. Im Bereich des Springens sollen Kinder lernen, Sprünge ins Wasser in unterschiedlichen Formen und Höhen auszuführen. Spielerische Bewegungen im Wasser auch mit Traghilfen und anderen Materialien ermöglichen über die Körperwahrnehmung die Aneignung von Selbstregulationsstrategien. Elementare Verhaltensweisen, um Unfälle im Wasser zu vermeiden, sind weitere Kompetenzen, die sich Kinder im Bewegungsfeld „Bewegen im Wasser“ aneignen.

Gleiten, Fahren, Rollen

Im Bewegungsfeld „Gleiten, Fahren, Rollen“ in Krippe und Kindertagesstätte können Kinder die Fortbewegung mit einem Hilfsmittel, d.h. auf Rollen und Rädern, oder das Gleiten auf glatten/gleitfähigen Untergründen wie Schnee, Eis und Wasser erfahren.

Bei diesen Aktivitäten liegt im Grundschulalter ein besonderer Schwerpunkt auf dem Kennenlernen von Technik und Material, deren Handhabung im Hinblick auf Geschwindigkeits- und Richtungskontrolle sowie dem Bewahren des Gleichgewichts. Damit verbunden ist auch, Risiken einzuschätzen und Sicherheitsmaßnahmen kennenzulernen. „Nachhaltige Mobilität“ kann hier zum Thema gemacht werden.

Da Aktivitäten in diesem Bewegungsfeld in der Freizeit vorwiegend selbstorganisiert ausgeführt werden, sollte auch dieser Aspekt sowohl in Kindertagesstätte als auch Grundschule Berücksichtigung finden – z. B. indem Aktivitäten im öffentlichen Raum stattfinden.

Im Bewegungsfeld „Gleiten, Fahren, Rollen“ entwickeln Kinder u. a. folgende Bewegungskompetenzen:

- Gleichgewichtsfähigkeit: Das Halten und Stabilisieren des Körpers auf beweglichen Geräten wie Skateboards, Rollern oder Fahrrädern.
- Koordination: Das harmonische Zusammenspiel von Bewegungsabläufen, z. B. beim Lenken, Bremsen oder Beschleunigen.
- Kraft: Aufbau der benötigten Muskulatur, um das Gerät sicher zu bewegen (z. B. durch Abstoßen beim Rollerfahren oder Treten beim Fahrradfahren).
- Reaktionsfähigkeit: Schnelle Anpassung an unerwartete Situationen, wie Hindernisse oder plötzliche Richtungswechsel.
- Raum-Lage-Wahrnehmung: Einschätzen von Geschwindigkeit, Distanzen und Bewegungen im Raum.

Zusätzliche Sicherheitskompetenzen sollen erworben werden. Dazu gehören:

- Gerätesicherheit: Umgang mit dem Gerät, z. B. Anlegen von Schutzkleidung (Helm, Knie- und Ellenbogenschoner) und allgemeine Überprüfung der technischen Funktion.
- Verkehrssicherheit: Sicheres Verhalten im Straßenverkehr, wie das Erkennen von Verkehrszeichen und das Einhalten der Vorfahrtsregeln.

Ringen und Kämpfen

Das Bewegungsfeld „Ringen und Kämpfen“ unterstützt die kindliche Entwicklung, indem es Kindern ermöglicht, Werte wie Fairness, Respekt und Verantwortung durch körperliche Auseinandersetzungen mit Gleichaltrigen zu erlernen. In einem sicheren Rahmen können die Kinder in Krippe und Kindertagesstätte erste Körperkontakte erfahren, ihre eigenen Grenzen sowie die der anderen erproben und später im schulischen Kontext den angemessenen Einsatz ihrer Kräfte und taktischen Fertigkeiten üben.

Bezüglich der zu vermittelnden Inhalte sollen die Kompetenzen sukzessive vom Miteinander zum Gegeneinander ausgebildet werden und umfassen u. a. folgende Aktivitäten:

- Kooperative Aufgaben: Spielerisches Ringen, bei dem das Ziel ist, gemeinsam Aufgaben zu bewältigen (z. B. Partner:inbalance halten).
- Wettkampfaktivitäten: Messen in klar abgegrenzten und regelbasierten Kämpfen wie Ringkampf oder Bodenkampfspiele.

- Technikübungen: Erlernen von Haltegriffen, Ausweichbewegungen oder Befreiungstechniken.
- Spiele zur Körperkontrolle: Aktivitäten, bei denen es darum geht, ein anderes Kind aus einer markierten Zone zu drängen.
- Kognitive, soziale und emotionale Voraussetzungen sind grundlegend, um in diesem Bewegungsfeld handlungsfähig zu werden (Körperkontakt aufnehmen und zulassen können, Verantwortung für sich und andere übernehmen, Empathiefähigkeit).

Spiele in und mit Regelstrukturen

Spiele, die durch mehr oder weniger komplexe Regelstrukturen charakterisiert sind, bieten eine Vielzahl an Möglichkeiten, soziale, kognitive und motorische Kompetenzen zu fördern.

Insbesondere im Bereich der Bewegungs- und Sportspiele ist das Zusammenspiel aus grundlegenden Fertigkeiten und Kenntnissen essenziell, um ein erfolgreiches und zugleich freudvolles Spielerlebnis zu ermöglichen. Dabei stehen neben der individuellen Leistungsfähigkeit auch die sozialen Interaktionen im Vordergrund, die durch ein geregeltes Miteinander geprägt sind.

Bereits bei einfachen Regelspielen in der Kindertagesstätte, die an das Alter und die Fähigkeiten der Spieler:innen angepasst sind, entwickeln Kinder entsprechende Kompetenzen. In der frühen Kindheit entdecken Kinder spielerisch erste Regelstrukturen, indem sie einfache Ballspiele wie Zuwerfen und Zurollen gemeinsam mit einer Bezugsperson durchführen. Später eignen sich Fang- und Laufspiele und weitere Formen der Kleinen Spiele, um die allgemeine Spielfähigkeit auszuprägen.

Im Grundschulalter sollten Elementarformen von Sportspielen wie z. B. Fußball, Handball oder Rückschlagspiele gewählt werden, die die grundlegende Idee und Struktur von Sportspielen widerspiegeln. Diese Spiele können nicht nur die motorische Entwicklung fördern, sondern auch die Fähigkeit stärken, sich flexibel an das Spielgeschehen anzupassen. Darüber hinaus können sie den fairen und rücksichtsvollen Umgang der Schüler:innen miteinander unterstützen.

Für ein gelingendes Spielgeschehen sind mehrere Schlüsselkompetenzen erforderlich, darunter:

- Koordinative Fähigkeiten: Diese bilden die Grundlage, um die motorischen Anforderungen der Spiele erfolgreich zu bewältigen, wie etwa das schnelle Reagieren auf Spielereignisse oder die präzise Ausführung von Bewegungen.
- Spielspezifische Fertigkeiten: Dazu zählen Techniken und Bewegungsmuster, die spezifisch auf die Anforderungen des jeweiligen Spiels ausgerichtet sind.
- Regelkenntnisse: Ein klares Verständnis der Regeln ist notwendig, um das Spiel korrekt und effizient zu spielen. Bei Bedarf müssen die Regeln verändert werden können.
- Taktische Handlungsfähigkeit: Die Kinder müssen in der Lage sein, das Spielgeschehen zu analysieren und strategisch zu agieren, um sich an wechselnde Situationen anzupassen und Entscheidungen auf Basis des Spielverlaufs zu treffen.
- Soziale Kompetenzen: Fairness, Respekt und Teamfähigkeit spielen eine zentrale Rolle, um ein harmonisches und produktives Miteinander der Kinder zu gewährleisten.

Gestalten, Tanzen, Darstellen

In diesem Bewegungsfeld können Kinder bei darstellerischen und tänzerischen Bewegungsanlässen kreatives Bewegungshandeln in der Auseinandersetzung mit ihrem Körper, ihren Emotionen und ihrem individuellen leiblichen (körperlichen) Ausdruck erfahren.

Die Kinder lernen, durch Bewegung etwas auszudrücken und darzustellen und treten in leiblichen (körperlichen) Kontakt miteinander. Sie sollen die Vielfalt und Individualität von kreativen Ausdrucksbewegungen erkunden und erkennen und dadurch gegenseitige Akzeptanz erfahren. Sie setzen sich mit musikalischen und rhythmischen Themen in Bezug auf Bewegung und Tanz auseinander und können mit Raum, Zeit, Kraft und Bewegungsfluss experimentieren. Sie sollen gemeinsame Tänze – auch interkultureller Art – erlernen und sie bei schulischen Ereignissen (z. B. Schulfesten) zum Einsatz bringen. Sie übernehmen Rollen in Bewegungsgeschichten und können diese gestalten und präsentieren.

Im Elementarbereich stehen das spielerische Erkunden und das freie Gestalten im Vordergrund. Kinder experimentieren mit Bewegungen, entdecken unterschiedliche Ausdrucksmöglichkeiten und verbinden diese mit musikalischen, rhythmischen und materialen Impulsen. Sie erweitern ihre Körperwahrnehmung, entwickeln Fantasie und erfahren Freude am kreativen Tun.

In der Grundschule verlagert sich der Schwerpunkt auf ein gezielteres Gestalten und Darstellen. Kinder lernen, Bewegungen präzise zu steuern, Ausdrucksformen bewusst zu gestalten und kooperative Bewegungsabläufe mit anderen abzustimmen. Sie erarbeiten Choreografien, setzen sich mit der Gestaltung von Raum, Zeit, Kraft und Bewegungsfluss auseinander und entwickeln dabei ein differenziertes Körperbewusstsein. Präsentationen vor Publikum stärken Selbstvertrauen und Kommunikationsfähigkeit.

Dieses Bewegungsfeld bietet insbesondere Raum für die Entwicklung folgender Bewegungskompetenzen:

- **Kreativität und Ausdruck:** Im Vordergrund der Bildungsprozesse in diesem Bewegungsfeld stehen die Entwicklung individueller Bewegungsstile und die Darstellung von Emotionen, Gefühlen und Stimmungen oder lebensweltlichen Themen.
- **Körperbewusstsein:** Die Kinder lernen, Bewegungen präzise und bewusst zu steuern und ihren Körper als Ausdrucksmittel einzusetzen.
- **Koordination:** Die Abstimmung und fließende Ausführung von Bewegungsfolgen – auch im Zusammenspiel mit Partner:innen oder in Gruppen – werden gefördert.

1.2.3 Überfachliche Kompetenzen

Überfachliche Kompetenzen sind Schlüsselkompetenzen, die über spezifische Fachkenntnisse hinausgehen und in verschiedenen Bereichen des Lebens und Lernens relevant sind. Sie sind grundlegend für erfolgreiche Lernprozesse, für die persönliche und berufliche Entwicklung und bei der Bewältigung unterschiedlichster Anforderungen und Probleme von zentraler Bedeutung. Die Vermittlung überfachlicher Kompetenzen ist eine gemeinsame Aufgabe und ein gemeinsames Ziel aller Bildungsbereiche bzw. Unterrichtsfächer sowie der gesamten Kita- und Schulzeit.

Die überfachlichen Kompetenzen lassen sich vier Bereichen zuordnen:

Personale Kompetenzen	Motivationale Einstellungen
umfassen Einstellungen und Haltungen sich selbst gegenüber. Die Kinder sollen Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und die Wirksamkeit des eigenen Handelns entwickeln. Sie sollen lernen, die eigenen Fähigkeiten realistisch einzuschätzen, ihr Verhalten zu reflektieren und mit Kritik angemessen umzugehen. Ebenso sollen sie lernen, eigene Meinungen zu vertreten und Entscheidungen zu treffen.	beschreiben die Fähigkeit und Bereitschaft, sich für Dinge einzusetzen und zu engagieren. Die Kinder sollen lernen, Initiative zu zeigen und ausdauernd und konzentriert zu arbeiten. Dabei sollen sie Interessen entwickeln und die Erfahrung machen, dass sich Ziele durch Anstrengung erreichen lassen.
Die Kinder haben Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten und glauben an die Wirksamkeit des eigenen Handelns (Selbstwirksamkeit). ... entwickeln eine eigene Meinung, treffen eigene Entscheidungen und vertreten diese gegenüber anderen (Selbstbehauptung). ... schätzen eigene Fähigkeiten realistisch ein und nutzen eigene Potenziale (Selbstreflexion).	Die Kinder sind motiviert, Neues zu lernen und Dinge zu verstehen, strengen sich an, um sich zu verbessern (Lernmotivation). ... setzen sich für Dinge ein, die ihnen wichtig sind, zeigen Einsatz und Initiative (Zielorientierung). ... arbeiten ausdauernd und konzentriert, geben auch bei Schwierigkeiten nicht auf (Ausdauer).
Lernmethodische Kompetenzen	Soziale Kompetenzen
bilden die Grundlage für einen bewussten Erwerb von Wissen und Kompetenzen und damit für ein zielgerichtetes, selbstgesteuertes Lernen. Die Kinder sollen lernen, Lernstrategien effektiv einzusetzen und Medien sinnvoll zu nutzen. Sie sollen die Fähigkeit entwickeln, unterschiedliche Arten von Problemen in angemessener Weise zu lösen.	sind erforderlich, um mit anderen Menschen angemessen umgehen und zusammenarbeiten zu können. Dazu zählen die Fähigkeiten, erfolgreich zu kooperieren, sich in Konflikten konstruktiv zu verhalten sowie Toleranz, Empathie und Respekt gegenüber anderen zu zeigen.
Die Kinder gehen beim Lernen strukturiert und systematisch vor, planen und organisieren eigene Arbeitsprozesse (Lernstrategien). ... kennen und nutzen unterschiedliche Wege, um Probleme zu lösen (Problemlösefähigkeit). ... können Informationen sammeln, aufbereiten, bewerten und präsentieren (Medienkompetenz).	Die Kinder arbeiten gut mit anderen zusammen, übernehmen Aufgaben und Verantwortung in Gruppen (Kooperationsfähigkeit). ... verhalten sich in Konflikten angemessen, verstehen die Sichtweisen anderer und gehen darauf ein (Konstruktiver Umgang mit Konflikten). ... zeigen Toleranz und Respekt gegenüber anderen und gehen angemessen mit Widersprüchen um (Konstruktiver Umgang mit Vielfalt).

Quelle: Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung, Hamburg

Überfachliche Kompetenzen werden von den Fachkräften und Lehrkräften über die gesamte Kita- und Schulzeit kontinuierlich gefördert und erweitert. Dies geschieht zum einen im alltäglichen Zusammenleben, zum anderen durch die vertiefte Auseinandersetzung mit Fachinhalten. Die überfachlichen Kompetenzen sind neben den fachlichen und übergreifenden Kompetenzen bei der Erarbeitung des schulinternen Curriculums zu berücksichtigen.

2 Lernen im Bildungsbereich Bewegung und Sport in Kita und Grundschule

2.1 Anschlussfähiges Lernen gestalten

Bedeutung der Bewegung für das sich-bewegende Kind

Über das eigenständige Bewegungshandeln sammelt das Kind im dialogischen Mensch-Welt-Prozess Erfahrungen und Erkenntnisse und erschließt sich Bedeutungen. Dabei versucht es, die eigenen Intentionen mit den wahrgenommenen Situationen in Einklang zu bringen. Bewegungshandlungen werden zu einem „Weltverstehen in Aktion“. Im Sich-Bewegen und Spielen setzen sich Kinder konstruktiv mit sozial vorgegebenen und informellen Handlungskontexten auseinander. Die im dialogischen Wechselspiel mit der materiellen und sozialen Bewegungsumwelt erlebten Spiel-, Bewegungs- und Körpererfahrungen prägen das zukünftige Bewegungs- und Spielverhalten des Kindes und ermöglichen den Aufbau eines individuellen Bewegungsrepertoires.

Bewegung hilft Kindern, sich Wissen über die Welt aufzubauen. Schon bevor sie sprechen, nehmen sie ihre Umgebung mit den Sinnen wahr. Das Kind im Krippen-, Kindergarten- und Grundschulalter erlebt Bewegung zum einen als Medium der Wahrnehmung und Erkundung der Welt, zum anderen aber auch als Medium der Vermittlung. Im Bewegungshandeln greift es aktiv in seine Welt ein; es formt und verändert sie. Das Kind lernt, seine Bewegungen zu beherrschen. Es macht sich grundlegende Bewegungsmuster wie Gehen, Laufen, Springen, Klettern, Werfen, Gleiten etc. verfügbar, durch die es Beziehungen zu anderen Menschen aufbaut und seine Umgebung erkundet.

Anschlussfähiges Lernen gestalten

In offenen, erfahrungsorientierten Bewegungs- und Spielsituationen sammeln Kinder erste Körper-, Raum-, Zeit- und Materialerfahrungen im sozialen Miteinander. Diese Erfahrungen sind in ihrer Unmittelbarkeit, Vielfalt und Ausdrucksqualität grundlegend für die spätere systematische Bewegungsbildung im schulischen Kontext. Sie stärken die körperliche Selbstsicherheit und unterstützen Kinder dabei, Bewegungen koordiniert, zielgerichtet und sozial eingebettet auszuführen. Pädagogische Fachkräfte begleiten und strukturieren diese Prozesse didaktisch-methodisch, indem sie an der Lebenswelt der Kinder orientierte Bewegungsimpulse setzen und Bildungsgelegenheiten schaffen, die Körperwahrnehmung, Ausdruck, Interaktion und Exploration verbinden. Kindgerechte und bewegungsanregende Vermittlungsformen, lernerschließendes und lernbegleitendes Bewegen, Rhythmisierung des Krippen-, Kindertagesstätten- und Schulalltags sowie Bewegungspausen eröffnen über die expliziten Lernangebote hinaus weitere Handlungsfelder des Bildungsbereiches Bewegung und des Fachs Sport. Pädagogische Fachkräfte sind gefordert, diese Prozesse nicht nur anzuregen, sondern auf der Grundlage fachlich-didaktischer Überlegungen zu gestalten, professionell zu begleiten und reflektierend weiterzuentwickeln.

Sowohl in der Kita als auch in der Schule wird Bewegung als Medium der Auseinandersetzung des Kindes mit seiner personalen, sozialen und materiellen Umwelt verstanden. Daraus kann individueller Erkenntnisgewinn durch Bewegungshandeln resultieren. Wird dies von den pädagogischen Fachkräften berücksichtigt, können auf der einen Seite neue Perspektiven des kindlichen Lernens erschlossen und auf der anderen Seite Kontinuität im Bildungsprozess gewährleistet werden.

Dabei sind im Sinne der Durchgängigkeit sowohl das Weiterbestehen und die Weiterentwicklung der in Kindertagesstätten angebotenen Lern- und Spielumgebungen

bzw. -inhalte als auch die zukünftige Nutzung der von den Kindern bereits verwendeten Materialien von Vorteil. Anschlussfähiges Lernen wird auch begünstigt, wenn die Gestaltungsprinzipien über die Institutionen hinweg berücksichtigt werden.

Die Anbindung an das außerschulische Sporttreiben in Stadt- und Naturräumen oder Sportvereinen stellt zudem ein unverzichtbares Element des institutionellen Lebens dar. Pädagogische Fachkräfte erschließen Natur- und außerschulische Räume als anregungsreiche Umgebungen, die Kinder zur aktiven Auseinandersetzung mit ihrer Umwelt motivieren.

Sie ermöglichen didaktisch-methodisch strukturierte Zugänge, die sowohl individuellen Entwicklungsbedarf als auch soziale Lernprozesse berücksichtigen.

2.2 Gestaltungsprinzipien

Auch wenn das Lernen im Bildungsbereich Bewegung und im Fach Sport in unterschiedlichen Institutionen stattfindet, lassen sich doch fachdidaktische Grundsätze formulieren, die übergreifend Gültigkeit besitzen.

Dabei steht immer im Mittelpunkt, unterschiedlichen Bedürfnissen und Entwicklungsständen der Kinder gerecht zu werden.

Mehrperspektivität

Kaum einem anderen Bildungsbereich in Kita und Grundschule wird neben den originär fachlichen eine solche Vielzahl von überfachlichen Zielen und Aufgaben zugeschrieben. Die Förderung von Gesundheit, die Entwicklung von Fairness und sozialem Verhalten, der adäquate Umgang mit Sieg und Niederlagen sowie das Erkennen und Meistern von Risiken sind einige Beispiele (vgl. Kap. 1). Dies hat Konsequenzen für die Gestaltung von Lernprozessen im Bildungsbereich Bewegung und im Fach Sport. Neben der Vermittlung von motorischen Kompetenzen und sportlichen Techniken stehen gleichrangig Aufgaben im Zusammenhang mit der Persönlichkeitsentwicklung der Kinder.

Aktivitäten im Bereich der Bewegung und im Fach Sport sollen den Kindern ermöglichen, verschiedene Bedeutungen des Sich-Bewegens zu erfahren. Mit den vom Kind aus formulierten Sinndimensionen (vgl. Kap. 1.2) werden unterschiedliche Motive und die vielschichtige Bedeutung von Bewegung angesprochen. Durch didaktisch-methodische Berücksichtigung verschiedener Sinndimensionen kann auf vielfältige Weise die umfassende Entwicklung der Kinder im emotionalen und sozialen Bereich unterstützt und ihre motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten erweitert werden.

Werden Angebote unter unterschiedlichen Sinndimensionen gestaltet (z. B. Kooperative Spiele und Wettspiele, ausdauernd Laufen und gemeinsames Laufen als Choreografie), können verschiedene Zielsetzungen und Möglichkeiten des Umgangs mit Bewegung, Spiel und Sport erfahren und erschlossen werden. Dies bildet die Grundlage dafür, das eigene sportliche Tun in der Zukunft nach individuellen Bedürfnissen gestalten zu können.

Räume nutzen

Insbesondere im Elementarbereich, wo angeleitete Aktivitäten eine geringe Rolle spielen, ist die Gestaltung des Raumes von besonderer Bedeutung.

Verschiedene Untergründe bzw. Geländeformen im Außenbereich fordern vielfältige Formen der Fortbewegung heraus. Die Ausstattung von Räumen mit beweglichen Gegenständen und losen Materialien laden zu vielfältigen Aktivitäten des Transports und des Bauens/Gestaltens ein. Bewegungsbaustellen und Bewegungslandschaften sind

sowohl im Elementarbereich als auch in der Grundschule geeignet, ein breites Spektrum von Bewegungen zu bieten. Mit zunehmendem Alter können die Kinder in die Gestaltung miteinbezogen werden.

Aktivitäten in Räumen außerhalb normierter Sportstätten regen Kinder zudem an, sich auch in ihrer Freizeit informelle Bewegungsräume (Parks, Wiesen, Wälder usw.) zu erschließen und zu nutzen.

Methodenvielfalt

Die Voraussetzungen und Bedürfnisse von Kindern sind hinsichtlich ihres Bewegungsverhaltens sehr unterschiedlich. Das betrifft nicht nur den motorischen Bereich, sondern gleichermaßen den psychischen und sozialen Bereich. Um dem gerecht zu werden, sollten nicht nur bei der Auswahl von Inhalten, sondern auch in der Gestaltung von Lernsituationen vielfältige Verfahren gewählt werden.

Im Elementarbereich werden überwiegend freie Spiel- und Bewegungszeiten in Innen- und Außenräumen für motorische Aktivitäten genutzt oder es werden Angebote gemacht, die eine Vielfalt von Bewegungsanlässen bieten.

Im Sportunterricht der Grundschule soll einerseits dem Bewegungsdrang der Kinder Rechnung getragen werden, andererseits steht zunehmend das gezielte Lernen von sportspezifischen Bewegungen im Mittelpunkt.

Neben angeleiteten Lernwegen (Vormachen/Instruieren und Nachmachen, methodische Übungsreihen) sollen hierbei auch erkundende Methoden zum Einsatz kommen. Indem mehr oder weniger offene Aufgaben gestellt werden (z. B. hoch springen oder mit dem Rollbrett eine Slalomstrecke fahren) können die Schüler:innen auf individuelle Weise für sie geeignete Lösungen finden.

Förderlich ist es auch, erkundendes Lernen in kooperativer Weise durchzuführen. Die Lernenden setzen sich gemeinsam mit einem Lerninhalt auseinander, teilen ihr Wissen und können sich aktiv in den Lernprozess einbringen. Das gemeinsame Lernen fördert das Lernklima, stärkt die zwischenmenschlichen Beziehungen und fordert die Lernenden auch in sozialer Hinsicht heraus.

Über Bewegung sprechen

Situationen des gemeinsamen Sich-Bewegens sind oft mit Emotionen verbunden. Besonders bei Erfolgen und Enttäuschungen, aber auch positiven Erlebnissen in der Gruppe, kann es entlastend sein, Erfahrungen und Erlebnisse mit anderen zu teilen. Im Fall von Konflikten können Kompromisse und Vereinbarungen im gemeinsamen Gespräch gefunden werden. Dabei ist anzustreben, dass möglichst alle Kinder an Gesprächen teilnehmen, wenn sie ihre Bereitschaft zeigen.

In der Grundschule vermittelt das Sprechen über Bewegung den Kindern darüber hinaus Kenntnisse über Vorgänge im eigenen Körper sowie über Körperteile. Bewegungen können analysiert und mit denen anderer Kinder verglichen werden.

In Situationen offener und problemlösender Aufgabenbewältigung, ermöglicht die Verbalisierung Lösungswege zu vergleichen und sich über Planen, Probieren und Analysieren auszutauschen. Auch besondere Herausforderungen und deren Bewältigung sollten als Anlass für Reflexionsgespräche genutzt werden.

2.3 Beobachten, dokumentieren, rückmelden und beurteilen

Durch Beobachtung, (fachdidaktische) Deutung und Dokumentation individueller Entwicklungs- und Lernfortschritte lassen sich Informationen zum Entwicklungsstand eines Kindes gewinnen, die eine zentrale Grundlage für herausfordernde und passgenaue Lernanregungen sowie Spiel- und Bildungsarrangements darstellen. Die durchgängige Beobachtung und Dokumentation der individuellen Bildungs- und Entwicklungsprozesse der Kinder und die Rückmeldung dieser sind somit notwendig für professionelles pädagogisches Handeln.

Beobachtungsaspekte im Elementarbereich und in der Schule

In der Praxis in Kindertagesstätten und in der Schule können folgende Beobachtungsaspekte für die pädagogischen Fachkräfte hilfreich sein, um den Prozess des Kompetenzerwerbs der Kinder zu unterstützen und das eigene professionelle Handeln weiterzuentwickeln:

- Flüssige Bewegungsausführung, Verbindung von Teilbewegungen
- Angemessener Krafteinsatz und Körperspannung
- Bewegungen können ausdauernd ausgeführt werden
- Schnelligkeit
- Bewegungssicherheit
- Gleichgewicht auf verschiedenen Untergründen halten
- Bewegungsrhythmus aufnehmen und erhalten
- Raumbewusstsein
- Herausforderungen einschätzen, annehmen und bewältigen
- In einer Gruppe mitspielen können und eine Rolle übernehmen
- Freude an der Bewegung zeigen
- Ängste und Unsicherheiten oder Aggression in bestimmten Situationen

Dokumentation und Rückmeldung im Elementarbereich und in der Schule

In den U3- und Ü3-Gruppen des Elementarbereichs werden verschiedene Formen der Lernentwicklungsdokumentation für die Beobachtung und Dokumentation der kindlichen Entwicklung verwendet, die oft gemeinsam mit dem Kind durchgeführt werden können und sollen. Sie dienen der Dokumentations- und Reflexionsarbeit, als Ausgangspunkt für die Planung und Gestaltung von weiterführenden Aktivitäten und die individuelle Entwicklungsbegleitung der Kinder. Die pädagogischen Fachkräfte gehen darüber mit den Kindern, deren Erziehungsberechtigten und untereinander im Team ins Gespräch.

In der Grundschule sind Leistungsdokumentation, Leistungsbeurteilung und individuelle Rückmeldungen über Fortschritte als Lernprozessbegleitung zu verstehen. Sie dienen der Rückmeldung an die Schüler:innen und deren Erziehungsberechtigte sowie der Auswertung und Planung des Unterrichts. Sie sind eine Grundlage verbindlicher Beratung sowie der Förderung der Schüler:innen. Diese lernen dabei, ihre Arbeitsergebnisse selbst einzuschätzen, Lernprozesse und unterschiedliche Lernwege und -strategien gemeinsam zu reflektieren und zunehmend selbst Verantwortung für ihr weiteres Lernen zu übernehmen.

Die Leistungsrückmeldung in der Grundschule im Land Bremen erfolgt auf Basis der Elemente der „Kompetenzorientierten Leistungsrückmeldung (KompoLei)“, die eine transparente, nachvollziehbare und kompetenzorientierte Rückmeldung ermöglichen.

Grundsätze der Leistungsbeurteilung:

- Beurteilt werden die im Unterricht und für den Unterricht erbrachten Leistungen der Schüler:innen.
- Die Leistungsbeurteilung bezieht sich auf die im Unterricht vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten, wie sie in den „Standards“ (vgl. Kap. 4) beschrieben sind.
- Die Leistungsbeurteilung muss für Schüler:innen sowie Erziehungsberechtigte transparent sein, ihre Kriterien müssen zu Beginn des Beurteilungszeitraums bekannt sein.

Die Dokumentation und Beurteilung der individuellen Lernentwicklung und des individuellen Leistungsstands im Fach Sport berücksichtigt nicht nur die erkennbare Leistung und Lernfortschritte, sondern auch die Prozesse schulischen Lernens und Arbeitens. Dazu gehören auch: mündliche Mitarbeit im Unterricht, Arbeitsergebnisse sowie Leistungsanteile bei Projekt- oder Gruppenarbeiten (Prozess, Produkt).

3 Entwicklung von Kompetenzen im Bildungsbereich Bewegung und Sport

Die motorische Entwicklung von Kindern zwischen 0 und 10 Jahren verläuft individuell und dynamisch, geprägt von einer stetigen Erweiterung ihrer Bewegungsfähigkeiten. Jedes Bewegungsfeld bietet spezifische Herausforderungen. Die Fortschritte in diesen Bereichen hängen jeweils von der individuellen Reife, den alltäglichen Bewegungsanreizen und der gezielten Förderung ab.

In den folgenden Tabellen werden solche Lernangebote und Inhalte zur Unterstützung der kindlichen Lernentwicklung formuliert. Sie sind nach den Bewegungsfeldern sortiert und nach Sinndimensionen aufgefächert.

Die Anordnung erfolgt aus Gründen der Übersichtlichkeit in Form einer Tabelle, womit aber keine Reihenfolge festgelegt werden soll.

Um den Fachkräften und Lehrkräften in Kita und Schule eine Orientierung bei der Auswahl inhaltlicher Lernangebote zu geben, wurde jeweils eine Zuordnung zu Altersgruppen bzw. Institutionen vorgenommen: U3-Gruppe bzw. Krippe (Kr), Ü3-Gruppe bzw. Kindergarten/Kita (Ki), Jahrgang 1/2 und Jahrgang 3/4.

Ein Kreuz in einer Zeile ist dabei so zu interpretieren, dass die dargestellten Aktivitäten oder Inhalte für eine breite Gruppe von Kindern in der entsprechenden Altersgruppe sinnvoll sind. Fehlt ein Kreuz, kann das inhaltliche Aufgreifen dennoch für einzelne Kinder und deren motorische Entwicklung zielführend sein.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
xxx				
• xxx (ggf. Beispiele in kursiv)	X	X	X	X
• xxx (ggf. Beispiele in kursiv)			X	X
• xxx (ggf. Beispiele in kursiv)			X	X
• xxx (ggf. Beispiele in kursiv)		X	X	X
• xxx (ggf. Beispiele in kursiv)			X	X

Kr = Krippe bzw. U3,
Ki = Kita bzw. Ü3,
1/2 = Klasse 1 und 2,
3/4 = Klasse 3 und 4.

Auflistung konkreter
Aktivitäten bzw. Inhalte

X = Lernangebote in
diesen Altersstufen bzw.
Institutionen, die für
einen Großteil der Kinder
sinnvoll sein können

3.1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

In diesem Bewegungsfeld sind Angebote aufgelistet, die allgemeine motorische Grundlagen ansprechen.

Vom Krippenalter bis zum Ende der Grundschulzeit durchlaufen Kinder eine dynamische, individuelle Entwicklung, die von der Entdeckung des eigenen Körpers und seiner Bewegungsmöglichkeiten bis hin zur bewussten und differenzierten Steuerung von Bewegungen reicht. Durch altersgerechte Förderung können sie ihre Körperwahrnehmung vertiefen, Bewegungsmöglichkeiten erweitern und ein positives Körperempfinden entwickeln. Dies dient als Grundlage für weitere alltägliche und sportliche Aktivitäten in den Bewegungsfeldern.

Bereits in den ersten Lebensjahren sammeln Kinder grundlegende Bewegungserfahrungen wie Drehen, Rollen, Krabbeln, Sitzen und Aufstehen als Basis für spätere motorische Fähigkeiten. Die taktilen und visuellen Reize aus der Umgebung fördern die Entdeckung und Erkundung des eigenen Körpers sowie seiner Bewegungsmöglichkeiten. Eine anregungsreiche Umgebung ermöglicht ihnen dann, ihr Bewegungsspektrum deutlich zu erweitern und ihr Gleichgewicht zu verbessern. Sie beginnen, vielfältige Bewegungsmuster wie Laufen, Springen, Klettern und Balancieren spielerisch zu erkunden. Gleichzeitig entwickelt sich ein stärkeres Bewusstsein für die eigene Körperlage im Raum, was ihnen ermöglicht, Bewegungen gezielter zu steuern und bewusst zu erproben. Kinder experimentieren kreativ mit neuen Bewegungen und gewinnen zunehmend Sicherheit und Selbstvertrauen bezogen auf ihre motorischen Fähigkeiten.

Im Grundschulalter vollzieht sich eine Phase der zunehmenden Differenzierung und Verfeinerung von Bewegungskompetenzen. Bewegungen werden bewusster ausgeführt und präziser gesteuert. Unter der Bedingung differenzierter Angebote sind Kinder nun in der Lage, Bewegungsabläufe gezielt zu analysieren und an verschiedene Anforderungen anzupassen. Sie können z. B. ihre eigenen Bewegungen genauer beobachten und reflektieren, Fehler erkennen oder Rückmeldungen verstehen und umsetzen. Das Körperbewusstsein wird differenzierter, sodass die Kinder auch komplexere Bewegungsaufgaben wie das Balancieren auf instabilen Untergründen oder das Bewältigen von anspruchsvollen Bewegungsparcours, Bewegungssequenzen und Techniken erfolgreich meistern können.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• frei mit unterschiedlichen Körperpositionen (z. B. Rückenlage, Seitenlage, Seitstütz) experimentieren	X			
• in Rückenlage die Beine nach oben gestreckt, Füße kommen ins Blickfeld, werden mit den Händen erkundet	X			
• Übungen zu vertikalen und horizontalen Körperpositionen (z. B. von der Rückenlage über die Seite in die Bauchlage zu drehen, um über den Vierfüßler Stand, Kniestand und zum Stand und die aufrechte Fortbewegung zu kommen)	X	X		
• unterschiedlich große Gegenstände mit den Händen erkunden	X	X		
• Aktivitäten zur Raumorientierung (z. B. den Raum erkunden, Hindernissen ausweichen)	X	X	X	
• Rollen über die Körperachsen (z. B. auf einer schiefen Ebene)	X	X	X	

- Experimentieren mit Bewegungsmöglichkeiten in unterschiedlichen Ausgangspositionen (z. B. <i>Rückenlage, Seitenlage</i>) - etwas heben, schieben, ziehen, transportieren - barfuß auf unterschiedlichen Untergründen gehen und laufen - auf Kreisel, Wippe etc. das Gleichgewicht erproben - Aktivitäten zum rhythmisierenden Springen (z. B. <i>Seilspringen, in Reifen springen</i>) - Kraft erproben mit unterschiedlichen Wurfgeräten - Nachahmen von Bewegungsabläufen - Aktivitäten zum Entdecken von Fliehkraft (z. B. <i>Objekte werfen und/oder schleudern</i>)	X	X	X	
	X	X	X	
	X	X	X	
	X	X	X	
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X	X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
- das eigenständige Aufsetzen von Rücken- oder Bauchlage über die Seite - Elemente von Bewegungsbaustellen bewältigen - Treppensteigen lernen und üben - unterschiedlich gestaltete Wege (z. B. <i>Länge, Schwierigkeitsgrad</i>) selbstständig erproben - Hindernisparcours bewältigen - unterschiedliche Kletterelemente bzgl. Beweglichkeit und Kraft erproben - Aktivitäten zur Reaktionsfähigkeit (z. B. <i>Fang- und Laufspiele</i>) - Aktivitäten zur Ausdauerschulung	X			
	X	X		
	X	X		
	X	X		
	X	X	X	
	X	X	X	X
		X	X	X
			X	X
Sich wohl und gesund fühlen				
- Aktivitäten zum Thema Körperteile (z. B. <i>Bewegen wie ein Roboter, Hampelmann, Fingerspiele</i>) - Aktivitäten mit Geräten, die Raumausdehnung (weit) bzw. Raumbegrenzung (eng) erfahrbar machen - in Fantasiereisen Anspannung und Entspannung erfahren - Hindernisparcours, der individuelle Herausforderungen und Variationen von Bewegungen zulässt (z. B. <i>schräge Ebene, Stufen</i>) - Aktivitäten mit intensivem Krafteinsatz - Vertrauensspiele (z. B. <i>Blindenführer, Uhrpendel</i>)	X	X		
	X	X		
	X	X	X	
	X	X	X	X
	X	X	X	X
			X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
- gemeinsam ein Rollbrett, Dreirad, Fahrrad bewegen - gemeinsam die Nestschaukel im Garten in Schwung bringen - Fangspiele mit unterschiedlichen Aufgaben/Rollen - Kooperative Spiele, die Geschicklichkeit erfordern (z. B. <i>beim Gordischen Knoten</i>) - zu zweit Bewegungen synchronisieren (z. B. <i>beim Seilspringen</i>)		X		
		X		
		X	X	
		X	X	X
			X	X
Etwas wagen und verantworten				
- durch einen Tunnel rutschen oder krabbeln - unterschiedlich ebene Oberflächen zum Gehen nutzen - Parcours mit Höhenunterschied im Krabbeln, Gehen, Hüpfen wagen - Spiele und Aktivitäten, die Körperkontakt erfordern (z. B. <i>beim gemeinsamen Rollbrettfahren</i>) - Körperkontakt zulassen (z. B. <i>beim gemeinsamen Rollbrettfahren</i>) - akrobatische Übungen gemeinsam ausführen	X	X		
	X	X		
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X	X	X

Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
• Spiegel zur Bewegungsbeobachtung nutzen	X	X		
• durch Bewegung Tiere nachahmen	X	X		
• Ausdruck eigener Gefühle mit Mimik und Gestik darstellen	X	X	X	
• Kunststücke mit dem Ball erproben		X	X	
• Balancierstationen selbst erfinden und aufbauen		X	X	X
• Bewegungsgeschichten erfinden und/oder gestaltend umsetzen		X	X	X

3.2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Die Entwicklung in diesem Bewegungsfeld ist bis zum Alter von zehn Jahren durch die wachsende Fähigkeit der Kinder geprägt, ihre Umwelt spielerisch zu erkunden, selbstständig Regeln zu entwickeln und Bewegungsräume kreativ zu gestalten.

Bereits im frühen Kindesalter beginnen Kinder, ihre Umgebung im Spiel zu entdecken. Sie reagieren auf Reize wie Klänge, Farben oder Materialien und entwickeln durch Greifen, Krabbeln und erste Gehversuche die Fähigkeit, ihren Körper in Beziehung zur Umwelt wahrzunehmen.

Später erweitert sich der Spiel- und Entdeckungsdrang deutlich. Kinder beginnen, bewusster mit ihrer Umgebung zu interagieren und einfache Spiele mit oder ohne Regeln zu erfinden. Sie nutzen Spielräume, wie Spielplätze, Naturflächen oder Turnhallen, um ihre motorischen Fähigkeiten z. B. durch Klettern, Laufen, Balancieren, Hüpf- oder Ballspiele weiterzuentwickeln. Gleichzeitig experimentieren sie mit sozialen Rollen, indem sie in Gruppen spielen und erste einfache Regeln für gemeinsame Spiele festlegen. Diese Phase zeichnet sich durch die kreative und oft fantasievolle Nutzung der Umgebung aus, bei der Kinder die Grenzen ihrer körperlichen und kognitiven Fähigkeiten spielerisch erproben.

Im Grundschulalter verlagert sich der Fokus zunehmend auf das bewusste Anwenden von Regeln und das strategische Denken im Spiel. Kinder beginnen, komplexere Spielstrukturen zu verstehen und in Gruppen mit klar verteilten Rollen zu agieren. Sie entwickeln die Fähigkeit, Spielräume flexibel an wechselnde Anforderungen anzupassen, beispielsweise durch die kreative Veränderung von Spielformen oder die Anwendung taktischer Überlegungen in Teamspielen. In dieser Altersphase wird die Auseinandersetzung mit Spielregeln zu einer wichtigen sozialen Erfahrung, bei der Kinder in der Spielsituation lernen, Verantwortung zu übernehmen, z. B. in Führungsrollen, und aufkommende Konflikte zu lösen. Voraussetzung für diese Entwicklung ist eine didaktisch-methodische Strukturierung der Vermittlung von Spielen.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• den „Teewagen“ vom Gruppenraum zur Küche begleiten, schieben	X	X		
• Spiel mit etwas: Eigenschaften von Dingen erkunden (z. B. <i>Bälle, Tücher</i>)	X	X	X	
• Jahreszeiten erleben und entdecken (z. B. <i>Regen, Schnee</i>)	X	X	X	X
• Naturmaterialien ertasten (Bäume erkennen/ unterschiedliche Untergründe erfahren)	X	X	X	X
• Innen- und Außenräume als Bewegungsräume nutzen	X	X	X	X
• Wechsel von Erstarren und Bewegen beim Stop-Tanz gestalten		X		

- sich durch ein mit Seilen gespanntes Spinnennetz winden, ohne es zu berühren - Spielobjekte kennenlernen: Chiffontücher, Reissäckchen, Luftballons, unterschiedlich große und schwere Bälle etc. - sich bei einer Schnitzeljagd/Schatzsuche orientieren - sich im Gelände/Wald anschleichen, verstecken - offene Situationen ausprobieren (Prellen und Fangen)		X		
		X	X	X
		X	X	X
		X	X	X
			X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
ein kurzes Bewegungsspiel mitspielen	X	X		
einen Ausflug in die nähere Umgebung zu Fuß bewältigen	X	X		
eine selbstgewählte Herausforderung im Außengelände meistern (z. B. <i>Hügel, Rutsche</i>)	X	X	X	X
Ziele treffen: Wurf und Treffspiele		X	X	X
Kleine Spiele miteinander		X	X	X
Kleine Spiele gegeneinander		X	X	X
Wettkampfspiel Minitennis: zu zweit über ein Hindernis hin- und her spielen			X	X
Sich wohl und gesund fühlen				
mit Dauer und Intensität von Bewegungen experimentieren	X	X		
angenehme Bewegungen und Sinneseindrücke wiederholen, an den Grenzen ausprobieren	X	X		
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
Bewegungs- und Tanzspiele	X	X	X	X
Lauf- und Fangspiele		X	X	X
gemeinsam einen großen Sandhügel oder eine tiefe Kuhle graben		X		
Schleichwege durch den Garten finden		X		
eine schräge Ebene alleine, gemeinsam auf Tempo runterkullern		X		
auf einem Spielfeld spielen und gemeinsame Regeln aushandeln		X	X	X
Ball prellen und im gleichen Rhythmus dazu hüpfen			X	X
Kooperative Spiele, die nur in der Gesamtgruppe gelingen (z. B. <i>Balltransport von A nach B</i>)			X	X
Etwas wagen und verantworten				
sich durch Bauwerke anderer Kinder geschmeidig hindurchbewegen	X	X		
Bäume und Kletterwände erkunden und nutzen		X	X	
sich anbieten/freilaufen in einem Ballfangspiel (an einem Wächter vorbeipassen) Burgball			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
Bewegungsspiele mitspielen (z. B. <i>Häschen in der Grube, das EidechSENSpiel</i>)	X	X		
eingenommene Rollen körperlich ausdrücken (Bauarbeiter in der Bewegungsbaustelle)		X		
mit Naturmaterialien bauen		X	X	X
Prellkünstler, den Ball um den Körper herumprellen, eine Acht prellen etc.			X	X

3.3 Laufen, Springen, Werfen

In den ersten Lebensjahren entwickeln Kinder grundlegende Bewegungsmuster, die als Basis für komplexere motorische Fähigkeiten dienen. Die Entwicklung im Laufen, Werfen und Springen ist durch zunehmende Körperkontrolle, Koordination, Kraft und Ausdauer gekennzeichnet. Während Kleinkinder zunächst unsichere, unkoordinierte Geh- und Laufbewegungen zeigen, verbessert sich mit zunehmendem Alter ihr Gleichgewicht und ihre Schrittsicherheit. Gezielte Förderung ermöglicht, dass die Laufbewegungen gezielter, rhythmischer und ausdauernder werden, sodass Kinder in der Lage sind, Geschwindigkeit, Richtung und Dauer zu variieren.

Vielfältige Materialien und Aktivitäten ermöglichen es den Kindern ihre Wurfbewegungen zu entwickeln – von ungerichteten, eher impulsiven Armbewegungen hin zu einer bewussten Steuerung der Wurfkraft und -richtung. Kinder lernen, den Bewegungsablauf zu koordinieren und den gesamten Körper einzusetzen.

Beim Springen wird ebenfalls eine Entwicklung möglich, die zu zunehmend komplexeren Bewegungen führt. Anfangs überwinden Kinder nur geringe Höhen oder Weiten, doch mit zunehmendem Alter und geeigneten Übungsmöglichkeiten nehmen Sprunghöhe und -weite zu, die Präzision und kontrollierte Landung wird möglich. Sie erlernen mittels geeigneter Angebote darüber hinaus vielfältige Sprünge wie beidbeiniges rhythmisierendes Springen, Hüpfen oder Wechselsprünge und können eigenständig Hüpsprünge entwickeln und ausführen.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• auf unterschiedlichen Untergründen gehen, laufen, hüpfen, auch barfuß	X	X		
• rückwärts gehen und laufen		X	X	
• Lauftempo und Dauer variieren		X	X	
• Startkommandos kennenlernen und darauf reagieren		X	X	X
• ausdauernd laufen und Geschwindigkeit und Atmung anpassen			X	X
• im Schulumfeld laufen und sich orientieren			X	X
• rhythmisch laufen (z. B. <i>Hürdenlauf, Abstände und Hürden anpassen</i>)			X	X
• unterschiedliche Laufformen ausprobieren (z. B. mit Pulsmessung: Ruhepuls und Belastungspuls)				X
• von einer Höhe springen (z. B. <i>Bordstein, Mauer</i>) über eine Pfütze springen		X		
• beidbeinig von unterschiedlichen Hindernissen (z. B. <i>Treppenstufe</i>) abspringen		X	X	
• beidbeinig abspringen von unterschiedlichen Hindernissen (z. B. <i>von einer Treppenstufe abspringen</i>)		X	X	
• über, auf und von Hindernissen laufen, hüpfen und springen		X	X	X
• aus unterschiedlichen Positionen werfen (z. B. <i>sitzen, liegen</i>)	X	X		
• mit unterschiedlichen Gegenständen werfen: weit, hoch, zielgerichtet	X	X	X	
• mit unterschiedlichen Wurfobjekten experimentieren	X	X	X	
• beidhändig und einhändig mit unterschiedlichen Bällen weit werfen		X	X	X
• mit Wurftechniken experimentieren und üben (z. B. <i>Schlagballwurf</i>)				X

Das Leisten erfahren und reflektieren				
• Spaziergänge/Entdeckungstouren zu Fuß bewältigen	X			
• im Wechselschritt Treppe mit und ohne Unterstützung hoch- und hinabsteigen	X	X		
• Sportplatz erkunden / eine Runde durchhalten		X		
• unterschiedlich lange Strecken schnell laufen		X	X	X
• Reaktionsspiele wie „Feuer-Wasser-Sandsturm“		X	X	X
• Laufen in der Dauer variieren			X	X
• beim Laufen die individuellen Grenzen überschreiten (z. B. <i>weiterlaufen trotz Ermüdung</i>)			X	X
• individuelle Herausforderungen in Höhe und Weite beim Springen annehmen	X	X		
• einbeinig auf der Stelle springen		X		
• weit springen		X	X	X
• rhythmisierendes Springen über kleine Kästen und ähnliche Geräte			X	X
• in einem großen Springseil zu rhythmischer Begleitung springen			X	X
• weit werfen		X	X	X
• auf ein Ziel werfen		X	X	X
• Leistungen/Fähigkeiten (vor der Anforderung) einschätzen				X
Sich wohl und gesund fühlen				
• Bewegungsfluss beim Laufen, Werfen, Springen gestalten	X	X		
• Pulsmessen nach unterschiedlicher Belastung und vergleichen			X	X
• ausdauernd laufen (6 min)				X
• Koordination und Körperspannung beim Landen durch Springen auf unterschiedliche Oberflächen üben	X	X		
• Werfen aus dem gesamten Körper heraus		X	X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
• in Kleingruppen Stationen eines Triathlon-Parcours aufbauen und durchführen, auch als Wettkampf				X
• sich treffen beim Laufen (z. B. <i>aufeinander zu</i>)	X			
• Staffelläufe		X	X	X
• gemeinsam laufen (z. B. <i>Klebespiel</i>)		X	X	
• in einer Gruppe laufen			X	X
• durch eine Gruppe im Slalom laufen		X	X	
• Sportmeilenlauf				X
• Pendelläufe			X	X
• Orientierungsläufe, Nummernläufe			X	X
• Sprungspiele		X	X	X
• Springwettbewerbe (z. B. <i>am höchsten, am weitesten</i>)		X	X	X
• sich etwas zurollen, zuwerfen	X	X		
• Kleine Spiele mit dem Ball (z. B. <i>Wurfspiele</i>)		X	X	X
• im Laufen Bälle werfen und fangen			X	X
• Biathlonspiele				
• schulinterne oder außerschulische Wettkämpfe (z. B. <i>Bundesjugendspiele</i>) durchführen			X	X

Etwas wagen und verantworten				
• gemeinsam mit einem anderen Kind an der Hand laufen	X	X		
• einen unbekannten Hindernisparcours bewältigen	X	X		
• ein unbekanntes Wurfobjekt ausprobieren	X	X		
• von unterschiedlichen Höhen hinunterspringen	X	X	X	X
• zu zweit laufen, ein Kind mit geschlossenen Augen		X	X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
• hüpfen, springen (z. B. wie ein Hase, Frosch, Affe)	X	X		
• verschiedenen Laufstile (z. B. zweibeinig, vierbeinig, Tiere) darstellen		X	X	
• verschiedene Laufformen und -richtungen mit und ohne Musik kombinieren mit und ohne Musik			X	X
• Hobby-Horsing			X	X
• mit unterschiedlichen Wurfobjekten kreative Wurftechniken erfinden			X	X

3.4 Bewegen an Geräten

In den ersten Lebensjahren ermöglicht eine anregungsreiche Umgebung explorative Bewegungsaktivitäten; dabei sammeln Kinder erste Erfahrungen mit Turn- und Klettermöglichkeiten in Bewegungsbaustellen und Bewegungslandschaften oder natürlichen Umgebungen. Sie können deren Beschaffenheit erkunden und grundlegende motorische Fertigkeiten wie Klettern, Rutschen, Hängen, Schwingen oder Balancieren erproben. Diese frühen Erfahrungen legen die Grundlage für eine differenzierte Bewegungskontrolle und das Verständnis räumlich-zeitlicher und materieller Zusammenhänge.

In Folge fördernder Bedingungen entwickeln Kinder mit zunehmendem Alter eine wachsende Sicherheit im Umgang mit Turngeräten wie Kasten, Barren, Reck und Schwebebalken, steigern die Komplexität ihrer Bewegungsabläufe und lernen Risiken einzuschätzen. Ab dem Vorschul- und Grundschulalter können sie gezielt ihre Koordination, Kraft, Beweglichkeit sowie ihre Körperwahrnehmung verbessern, sodass sie akrobatische und turnerische Bewegungen bewusster und sicherer ausführen können. Die Fähigkeit, Bewegungsfolgen zu planen und kontrolliert umzusetzen, nimmt zu, wodurch Kinder nicht nur ihr turnerisches Können und ihre Kreativität erweitern, sondern auch ein stärkeres Vertrauen in ihre körperlichen Fähigkeiten entwickeln können. Sie müssen mit Sicherheitsmaßnahmen bezüglich der Geräte vertraut gemacht werden und können dann Bewegungslandschaften eigenständig in Partner- oder Gruppenarbeit aufbauen.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• das Gleichgewicht auf unterschiedlichen Geräten erfahren	X	X	X	X
• unterschiedliche Geräte entdecken (z. B. Schaumstoffwürfel, schräge Ebene, Kletterwand)	X	X		
• auf, in oder über ein Gerät (z. B. Tunnel, Brett, Kasten etc.) krabbeln, gehen, balancieren)	X	X		
• ein Gerät bewegen (z. B. schieben, heben, tragen)	X	X		
• Aktivitäten zum Kennenlernen physikalischer Eigenschaften von Materialien und Geräten kennenlernen (z. B. werfen, schleudern, wippen)	X	X	X	

• auf unterschiedlich breiten und hohen Geräten balancieren • mit Kleingeräten wie Bändern, Tüchern, Bällen, Reifen experimentieren • auf unterschiedlich nachgebenden Oberflächen springen (z. B. <i>Weichboden, Schaumstoffwürfel, Trampolin, Sprungbrett</i>)	X	X	X	X
	X	X	X	
		X	X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
• individuelle Herausforderungen an Geräten gestalten (z. B. <i>über eine Hängebank krabbeln, vorwärtsgehen, rückwärtsgehen</i>)	X	X		
• unterschiedlich hohe Klettergeräte erfahren	X	X	X	
• innerhalb einer Bewegungsbaustelle Bewegungskunststücke erproben und bewältigen		X	X	X
• Aktivitäten zum Aufbau von Körperspannung und Kraft		X	X	X
• akrobatische Grundformen in Zweier- oder Dreiergruppen einüben			X	X
• elementare Turnelemente (z. B. <i>an Reck, Schwebebalken, Kasten durchführen</i>)			X	X
Sich wohl und gesund fühlen				
• Geräte auf vielfältige und individuelle Art erkunden	X	X		
• eine Entspannungslandschaft aus Geräten aufbauen und erkunden	X	X		
• Aktivitäten, um den Körper im Fliegen, Drehen und Rollen erleben zu können	X	X	X	X
• in Schaukelementen liegen und selbst schaukeln oder sich schaukeln lassen	X	X	X	
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
• Kletterwettbewerbe (z. B. <i>Wer klettert am höchsten?</i>)		X	X	
• Parcours oder Bewegungslandschaften gestalten, in denen gegenseitige Hilfestellung geleistet wird (z. B. <i>beim Balancieren, beim Hochklettern auf ein Gerät</i>)		X	X	X
• Muskelanspannung/-entspannung entdecken: Aktivität mit Partner:in „Luftmatratze aufpumpen“		X	X	X
• Gerätekombinationen zu Grundfertigkeiten (z. B. <i>balancieren, schwingen, schaukeln, drehen, klettern</i>) aufbauen, bewältigen und variieren			X	X
• in Kleingruppen einen Gleichgewichtsparcours mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden aufbauen				X
Etwas wagen und verantworten				
• so hoch wie möglich klettern (z. B. <i>Sprossenwand</i>) und hinunterspringen	X	X	X	X
• über eine Brücke bewegen (z. B. <i>auf dem Bauch rutschend, krabbelnd, gehend</i>)	X	X		
• Balancieren auf individuell herausfordernden Höhen oder herausfordernden Geräten		X	X	X
• an Ringen schaukeln so hoch oder so weit wie möglich (z. B. <i>„Tarzan spielen“</i>)			X	X
• Kunststücke an Geräten turnen			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
• Tiere darstellen, die klettern, schwingen, schaukeln	X	X	X	
• einen Geräteparcours zu einer Bildergeschichte aufbauen		X	X	
• Gefühle, Empfindungen beim Umgang mit Geräten zum Ausdruck bringen (z. B. <i>mit Anstrengung einen Berg hochklettern, geschmeidig wie eine Katze den Baum hochklettern</i>)		X	X	

• Baumstammrollen (Körperspannung)		X	X	X
• Akrobatische Grundformen choreographisch gestalten und präsentieren			X	X
• In Kleingruppen aus Turnelementen (z. B. Rolle, Strecksprung, Rad, Handstand) eine Choreographie gestalten, einüben und vorführen				X
• mit Kleingeräten Bällen, Bändern, Tüchern, Reifen zu Musik eine kurze Choreographie entwickeln				X

3.5 Bewegen im Wasser

In den ersten Lebensjahren steht die Gewöhnung an das Wasser im Vordergrund, wobei Babys und Kleinkinder mit Hilfe von Bezugspersonen durch spielerische Interaktionen – wie z. B. Geschaukeltwerden, das Spritzen mit Händen und Füßen oder vorsichtiges Eintauchen – ein erstes Gefühl für das Medium entwickeln. Angeborene Reflexe, wie der Tauchreflex, unterstützen diesen Anpassungsprozess.

Ab dem Vorschulalter können Kinder zunehmend Sicherheit gewinnen und beginnen, erste selbstständige Fortbewegungen im Wasser auszuprobieren, etwa durch Strampeln mit Armen und Beinen oder Gleiten mit Schwimmhilfen. Sie sollen durch gezielte Angebote lernen, sich im Wasser zu orientieren, das Gleichgewicht zu halten und ihre Atmung zu kontrollieren.

Durch die allgemeine deutliche Zunahme der koordinativen und konditionellen Fähigkeiten im Grundschulalter sind Kinder dann in der Lage, gezielte Schwimmbewegungen auszuführen, erste Schwimmtechniken wie das Brust- oder Rückenschwimmen zu erlernen und sich zunehmend sicher im Wasser zu bewegen.

Auch sollten Kinder im Grundschulalter angeregt werden, sich das Tauchen und Wasserspringen anzueignen und die Atemtechnik zu verbessern.

In dieser Phase entwickelt sich zudem ein stärkeres Bewusstsein für Wassersicherheit, sodass Kinder lernen, sich in unterschiedlichen Wassertiefen selbstständig zu bewegen und grundlegende Sicherheitsregeln im Wasser zu beachten.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• Wasserplatscher, Wasserspritzer mit Händen und Füßen machen	X	X		
• gegenseitig nass spritzen, „Regen machen“	X	X		
• Bewegungsspiele im Wasser entdecken	X	X	X	
• sich im Wasser auf vielseitige Art fortbewegen, ohne den Boden zu berühren	X	X	X	
• Gleiten im Wasser (z. B. auf dem Rücken und/oder auf dem Bauch mit und ohne Schwimmhilfen)	X	X	X	
• Schwimnudel z. B. als Schwimmhilfe, Spielobjekt entdecken		X	X	
• Gewöhnen an das Ausatmen unter Wasser: mit dem Mund im Wasser blubbern, an der Wasseroberfläche einatmen, unter Wasser ausatmen		X	X	
• „Toter Mann“ – Besonderheit des Wassers entdecken		X	X	
• vielfältige Bewegungsmöglichkeiten unter Wasser entdecken		X	X	X
• vielfältige Sprungmöglichkeiten vom Beckenrand entdecken		X	X	X
• im Wasser schnell gehen		X	X	X

Das Leisten erfahren und reflektieren				
• in knietiefem Wasser in der Liegestützposition vorwärts und rückwärts bewegen	X	X		
• leichte Objekte (z. B. Tischtennisbälle) auf der Wasseroberfläche weit pusten	X	X		
• eine längere Strecke ohne Unterbrechung schwimmen		X	X	X
• elementare Schwimmtechniken lernen, üben und anwenden		X	X	X
• durch Tauchen Objekte vom Schwimmbeckenboden einsammeln		X	X	X
• aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser springen		X	X	X
• weit tauchen üben			X	X
• gezielt nach Gummireifen tauchen			X	X
• Gleitsprünge üben			X	X
• schnell schwimmen üben			X	X
Sich wohl und gesund fühlen				
• sich vom Wasser zu ruhiger Musik tragen lassen	X	X	X	X
• von einem anderen Kind/Lehrkraft durch das Wasser gezogen werden	X	X	X	X
• im Wasser von der Lehrkraft geschaukelt/gewiegt werden	X	X		
• das Wasser mit den Händen vom Körper wegschieben/heranziehen	X	X		
• Wettbewerbe im Springen vom Beckenrand (z. B. am weitesten, am elegantesten, am lustigsten)		X	X	X
• sich im/unter Wasser fließend, langsam, oder kraftvoll bewegen		X	X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
• ein anderes Kind auf einer Matte oder Plane durch das Wasser ziehen (max. brusttief)			X	X
• Kleine Spiele im Wasser			X	X
• Regeln im Wasser für sicheres Miteinander erarbeiten			X	X
• Synchronschwimmen zu zweit oder zu dritt			X	X
• Tandemschwimmen				X
• Möglichkeiten des gegenseitigen „Abschleppens“ erproben				X
Etwas wagen und verantworten				
• unter Wasser die Luft auspusten	X	X		
• den Kopf unter Wasser tauchen	X	X		
• von einer Person zur anderen gleiten	X	X		
• durch Reifen oder die gegrätschten Beine eines anderen Kindes tauchen		X	X	X
• Handstand im hüfttiefen Wasser ausführen			X	X
• aus unterschiedlichen Höhen ins Wasser springen			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
• unterschiedliche Fortbewegungsarten im Wasser gestalten		X	X	
• Wassertiere darstellen		X	X	X
• Sprünge ins Wasser erfinden und präsentieren		X	X	X
• sich unter Wasser drehen (quer/längs)		X	X	X
• Figuren im Wasser gestalten			X	X
• mit Schwimmhilfen Formationen (z. B. Kreis, Reihe) gestalten und sich durch das Wasser bewegen			X	X

3.6 Gleiten, Fahren, Rollen

Ab dem Kleinkindalter werden i. d. R. erste Erfahrungen mit Rutschfahrzeugen, Rollbrettern oder Laufrädern gesammelt. In dieser Phase geht es vorrangig um die Wahrnehmung der eigenen Körperlage im Raum und die Fähigkeit, sich durch Gewichtsverlagerung oder Beinabstoß gezielt fortzubewegen.

Später werden die Kinder angeregt, erste koordinierte Rollbewegungen mit einfach zu steuernden Geräten wie Rollern oder Fahrrädern mit Stützrädern zu erproben. Sie sollen lernen, Risiken einzuschätzen sowie Geschwindigkeit und Bremsverhalten zu kontrollieren. Gleichzeitig verbessern sie ihre Fähigkeit, das Gleichgewicht auf beweglichen Geräten zu halten, was eine zentrale Voraussetzung für das selbstständige Fahren darstellt.

Im Grundschulalter können geeignete Parcours Kinder anregen, gezielt Beschleunigungs- und Bremsvorgänge zu steuern, auf wechselnde Untergründe zu reagieren und sich sicher in Kurven zu bewegen. Die Entwicklung von Koordination und Reaktionsfähigkeit ermöglicht es ihnen, sich auf anspruchsvolleren Fortbewegungsmitteln wie Skateboards, Inlineskates oder Fahrrädern ohne Stützräder zu bewegen. Auch komplexere Bewegungsmuster wie das gezielte Umfahren von Hindernissen, das Springen mit dem Skateboard oder das kontrollierte Anfahren und Stoppen auf Inlineskates sollten nun Inhalte des Unterrichts werden.

Besondere Bedeutung erfährt in dieser Phase die Aneignung des sicheren Umgangs mit dem Gerät, der Schutz der eigenen Person durch Schutzkleidung und das sichere Verhalten im Straßenverkehr.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• unterschiedliche fahrbare Geräte entdecken	X	X	X	X
• Alltagsmaterialien zum Gleiten entdecken	X	X	X	
• auf Rollbrettern mit unterschiedlichen Körperpositionen fahren: im Sitzen, im Liegen, bäuchlings	X	X	X	
• auf verschiedenen Untergründen (z. B. <i>Hallenboden, Beton, Gras, Sand, ...</i>) fahren		X	X	X
• das Rollen, Beschleunigen, Bremsen und Kurven fahren mit dem Rollbrett in unterschiedlichen Körperlagen in einem Parcours anwenden			X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
• grundlegende Fähigkeiten zum adäquaten Umgang mit Gleit, Fahr- und Rollgeräten erlernen und üben	X	X	X	X
• sich möglichst schnell mit Gleit, Fahr- und Rollgeräten bewegen		X	X	
• Bewegungskönnen im Gleiten, Fahren und Rollen erweitern		X	X	X
• Parcours mit Fahrrad, Roller, Laufrad, Rollschuhen sicher bewältigen		X	X	X
• Inline-Skates fahren			X	X
• Pedalo zu zweit fahren			X	X
• einen Parcours mit Rollbrett, Rollschuhen, Fahrrad nach Zeit durchfahren, Körperhaltung den unterschiedlichen Aufgaben und Hindernissen anpassen				X
• Einrad fahren				X

Sich wohl und gesund fühlen				
- Helm und Schoner als essentielle Bestandteile der Bewegung ansehen - die gesundheitsförderliche Komponente des Bewegungsfeldes erleben (z. B. <i>Fahrrad- besser als Autofahren</i>)		X	X	X
			X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
Seil an Rollbrettern befestigen, andere Kinder oder Materialien damit transportieren		X	X	
Zugfahren: mehrere Rollbretter hintereinander werden von einem Kind gezogen; alle halten ein Seil fest		X	X	
um die Wette fahren auf Rollbrettern, Rollern, Pedalos, Fahrrad und Rollschuhen		X	X	X
gemeinsam eine Strecke (Fahrrad/Roller) im öffentlichen Raum planen und durchführen				X
Etwas wagen und verantworten				
durch Gewichtsverlagerung auf dem Rollbrett Kurven fahren		X	X	
beim Roller-, Rollbrett-, Rollschuhfahren Fahrtrichtungen regulieren		X	X	X
sich beschleunigen und abbremsen		X	X	X
ein Kunststück mit dem Pedalo entwickeln (z. B. <i>rückwärts fahren</i>)			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
„Kunststücke“ vorführen (Rollbrett, Roller, Fahrrad, Rollschuhe)		X	X	X
beim Eislaufen/Rollschuhfahren Figuren ausprobieren			X	X

3.7 Ringen und Kämpfen

Bereits im Kleinkindalter beginnen Kinder instinktiv mit spielerischen Rangeleien, bei denen sie erste Erfahrungen mit Körperkontakt, Widerstand und Krafteinsatz sammeln. Diese frühen Bewegungsformen sind noch wenig strukturiert und dienen primär der Erkundung des eigenen Körpers in Interaktion mit einem Gegenüber. Das Strampeln mit den Beinen, das Greifen nach Gegenständen und das Drehen oder Rollen auf Oberflächen fördern die ersten grundlegenden Bewegungen, die später beim Ringen und Kämpfen von Bedeutung sind.

Im Vorschulalter gewinnen Kinder mehr Kontrolle über ihre Bewegungen und beginnen, erste Regeln für den körperlichen Austausch zu verstehen. Sie sollen lernen, gezielt Kraft einzusetzen oder einem Gegenüber auszuweichen, und entwickeln ein Gefühl für den eigenen Körperschwerpunkt sowie den eines anderen Kindes. Gleichzeitig soll ihnen das Bewusstsein für die Bedeutung von Empathie und Fairness – sowohl im spielerischen Ringen bei kooperativen Aufgaben als auch in ersten einfachen Wettkampftätigkeiten – vermittelt werden.

Im Grundschulalter kann Kindern vermittelt werden, gezielte Angriffs- und Verteidigungsstrategien zu nutzen – wie Haltegriffe, Ausweichbewegungen oder Befreiungstechniken – und taktisch auf die Bewegungen ihres Gegenübers zu reagieren. Kinder lernen so, eigene Grenzen und die anderer zu erkennen und zu respektieren. Der ständige direkte Körperkontakt erfordert ein hohes Einfühlungsvermögen für das Gegenüber sowie die Fähigkeit zur Selbstregulation, um ein sicheres und faires Kräftemessen zu gewährleisten.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
sich durch enge Öffnungen winden	X	X		
Ziehen und Schieben von anderen Kindern	X	X	X	
Körperkontakt herstellen	X	X	X	X
schwere Materialien ziehen oder schieben		X	X	
aus unterschiedlichen Positionen auf eine Matte fallen		X	X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
zwei Kinder ziehen oder schieben sich gegenseitig aus einem Kreisfeld		X		
Spiel die Rübe/Karottenziehen		X	X	
Sitzkampf: einander im Sitzen Rücken an Rücken aus dem Gleichgewicht drücken		X	X	X
voreinander stehen, rechte Schulter gegen rechte Schulter eines anderen Kindes drücken und aus dem Gleichgewicht oder über eine Linie wegdrücken			X	X
einen Ausweg finden: gegeneinander kämpfen aus verschiedenen Anfangspositionen am Boden			X	X
Ring- und Raufkämpfe gegeneinander				X
Sich wohl und gesund fühlen				
die eigene Muskelkraft einsetzen (z. B. beim Schieben und Drücken von Materialien oder Personen)	X	X	X	X
Schlafender Löwe, Spannungsregulation		X		
gemeinsame Rituale entwickeln und einüben		X	X	X
Anfang und Ende einer Aktivität durch Ritual deutlich machen		X	X	X
Aktivitäten mit Partner:in mit gleichmäßigem Krafteinsatz (Kraft-Gegenkraft) in unterschiedlichen Positionen			X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
auf Bodenmatte gemeinsam mit anderen krabbeln, rollen, hüpfen, ... dabei Rücksichtnahme/Abstimmung	X			
vorgegebene Regeln einhalten	X	X	X	X
Gruppenkämpfe mit und ohne Körperkontakt		X	X	X
Kampfregeln gemeinsam festlegen, Mitschüler:in als Beobachter:in			X	X
Tau ziehen			X	X
Kommunikationsübungen, Körperkontakt herstellen			X	X
Linienkämpfe			X	X
mit Styroporrollen kämpfen				X
Etwas wagen und verantworten				
vom Rücken eines in Bankstellung knieenden Kindes auf verschiedene Arten abrollen		X	X	X
fair kämpfen nach vorher festgelegten Regeln			X	X
Vertrauensübungen, Fallübungen, Achtsamkeit für andere Kinder			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
Spiegelübung zu zweit, Posen nachahmen		X		
Stopptanz: bei Stopp z. B. Knie berührt den Boden, beide Füße in die Luft, Rücken an Rücken mit Partner:in		X	X	

- durch den Raum zur Musik schnell gehen, bei Musikstopp in einer Kampfsport-Position stehen bleiben und einige Sekunden verharren. Bei jedem Stopp eine andere kraftvolle Position einnehmen. - aufrecht stehen und Arme nach oben strecken, Muskulatur anspannen. Auf ein Zeichen, alle Muskeln weich werden lassen (entspannen) und sanft zu Boden fallen			X	X
			X	X

3.8 Spielen in und mit Regelstrukturen

Bereits ganz junge Kinder entdecken spielerisch erste Regelstrukturen, indem sie einfache Ballspiele wie Zuwerfen und Zurollen gemeinsam mit einer Bezugsperson, später dann Fang- oder Laufspiele ausprobieren. In dieser Phase stehen das intuitive Erkunden und das spontane Entwickeln von Regeln für das Miteinander im Vordergrund. Im Vorschul- und frühen Grundschulalter soll Kindern vermittelt werden, festgelegte Spielregeln zu verstehen und konsequent anzuwenden. So lernen sie, sich innerhalb eines Spielrahmens zu orientieren, Spielabläufe zu antizipieren und sich an wechselnde Anforderungen anzupassen. Gleichzeitig entwickeln sie erste Ansätze strategischen Denkens, indem sie beginnen, einfache taktische Entscheidungen zu treffen, beispielsweise in Mannschaftsspielen gezielt den Ball weiterzuspielen oder Räume zu nutzen.

Im späteren Grundschulalter werden Kindern grundlegende Techniken der Sportspiele vermittelt, die sie in vereinfachter Form spielen, beispielsweise Mini-Basket oder Mini-Volley. Mittels didaktisch-methodischer Strukturierung erkennen sie Gemeinsamkeiten und Unterschiede von Spielideen und erweitern ihre allgemeine und spezifische Spielfähigkeit. Kinder sind nun auch in der Lage, bewusst taktische Überlegungen in das Spielgeschehen einzubeziehen. Sie erkennen Zusammenhänge zwischen individuellen und teambezogenen Handlungen und können technische Fertigkeiten gezielt einsetzen, um Spielziele zu erreichen. Der Umgang mit Sieg und Niederlage benötigt ggf. einen reflektierenden Austausch.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
- vielfältige räumliche, zeitliche und materielle Spielerfahrungen sammeln - Fingerspiele, Sing- und Fangspiele erleben - ein Spiel durch neue Regeln verändern/weiterentwickeln	X	X X	X X X	X X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
- ein kurzes Bewegungsspiel aktiv mitspielen - in einem Fangspiel schnell laufen und andere Kinder fangen - Spielformen als Wettspiel organisieren und Punkte für die eigene Gruppe sammeln - in den Gegebenheiten der Natur (Tageszeiten/Jahreszeiten/unterschiedliches Gelände) bestehen (z. B. beim Geländespiel)	X	X X X X	 X X X	 X X
Sich wohl und gesund fühlen				
- selbst aktiv teilnehmen - gemeinsam etwas geschafft haben - sich im Team sicher fühlen	X X	X X X	 X X	 X X

Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
• zu zweit und in der Kleingruppe spielen		X		
• sich in ein Team einordnen und fair mitspielen		X	X	X
• Regeln gemeinsam aushandeln, durchführen und einhalten		X	X	X
• Kleine Spiele als Wettbewerb		X	X	X
• Gründe erkennen für ein (nicht) gelingendes Spiel			X	X
Etwas wagen und verantworten				
• Loslassen und Verlieren lernen	X	X	X	X
• in der Gruppe Lösungsstrategien in Spielsituationen entwickeln		X	X	X
• sich im Team auf andere einlassen und verlassen		X	X	X
• Spielregeln entwickeln und einhalten			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
• eigene Spielformen und Spielregeln entwickeln und anwenden			X	X

3.9 Gestalten, Tanzen, Darstellen

Die Entwicklung in diesem Bewegungsfeld ist geprägt durch die zunehmende Differenzierung von Körperbewusstsein, Bewegungskoordination und kreativer Ausdrucksfähigkeit. Babys entwickeln erste Körpererfahrungen durch einfache Bewegungen wie Drehen, sich Strecken und Strampeln. Sie beginnen, ihren Körper im Raum wahrzunehmen und erste koordinierte Bewegungen auszuführen.

Kleinkinder reagieren intuitiv auf musikalische Rhythmen und erkunden spielerisch erste Bewegungsmuster. Durch einfaches Klatschen, Hüpfen, Drehen oder Wiegen im Takt entwickeln sie ein erstes Gespür für Rhythmus.

Im Vorschul- und frühen Grundschulalter können Kinder gezielt dazu angeregt werden, Bewegungsabfolgen, z. B. im kreativen Tanz oder interkulturellen Volkstänzen, zu erproben. Dabei können sie verschiedene Ausdrucksmöglichkeiten entdecken und lernen, durch Bewegung Gefühle darzustellen.

Später können gezielte Angebote ihnen ermöglichen, Bewegungsqualitäten in Bezug auf Raum-Zeit-Bewusstsein und Krafteinsatz auszubilden. Sie sind dann in der Lage, strukturierte Tanzsequenzen und individuelle Ausdrucksformen zu gestalten, vorgegebene Choreografien umzusetzen und eigene Bewegungsfolgen zu entwickeln. Sie können mit Raumformen in Kleingruppen wie Kreis, Linie, Reihe experimentieren, bewegen sich bewusst in unterschiedliche Raumrichtungen und setzen Raumebenen gezielt ein. Dabei lernen sie, sich mit anderen in Partner- oder Gruppenarbeit im tänzerischen Spiel zu koordinieren und zu synchronisieren.

Aktivitäten/Lerngelegenheiten und Inhalte	Kr	Ki	1/2	3/4
Erfahren und Entdecken				
• unterschiedliche Formen der Fortbewegung im Raum entdecken	X	X	X	
• fließende bzw. kontrollierte Bewegungen mit den Extremitäten ausführen	X	X	X	X
• unterschiedliche Rollen (z. B. <i>Figuren, Personen, Tiere</i>) körperlich darstellen	X	X	X	
• die dynamischen Faktoren der Musik in Bewegung umsetzen		X		
• vielseitige Drehungen mit dem Körper entdecken		X	X	X

- den persönlichen Umraum dreidimensional (unten/oben, rechts/links, vorne/hinten) mit den Extremitäten erkunden - die Raumrichtungen und Raumebenen im Stand und in der Fortbewegung entdecken - schnelle–langsame, kraftvolle–leichte, direkte–flexible Bewegungen im Raum ausführen		X	X	X
Das Leisten erfahren und reflektieren				
- Schritte und Bewegungen unterschiedlicher Tanzformen lernen - Tanzchoreographien vorführen (z. B. bei Schulfesten) - ein Körpertheaterstück gestalten und aufführen			X	X
			X	X
				X
Sich wohl und gesund fühlen				
- verschiedene Ruhepositionen entdecken - freies Bewegen zur Musik den gesamten Raum nutzend - eine fließende Musik tänzerisch darstellen - Anspannung und Entspannung anhand von Bewegungsgeschichten erleben (z. B. Eisstatuen, Schneemann, Schneeschmelze)	X	X	X	X
	X	X	X	X
	X	X		
		X	X	X
Kooperieren, wetteifern und sich verständigen				
- in Partnerarbeit eine Wetter- oder Pizzamassage ausführen - Imitationsspiele in Partnerarbeit (z. B. Spiegelbild, Marionettenspiel, Bildhauer) - Bewegungsabläufe mit anderen Kindern koordinieren - in der Gruppe eine Maschine darstellen - Fotoalbum: in Kleingruppe zu einem Thema ein Standbild darstellen - In einer Gruppenformation bewegen - eine gemeinsame Choreographie entwickeln - Choreographie Wettbewerbe (z. B. Wer gestaltet die originellste, spannendste?)		X	X	X
		X	X	X
			X	X
			X	X
				X
				X
				X
Etwas wagen und verantworten				
- Präsentation von selbst gefundenen Bewegungskombinationen - eine individuell herausfordernde Tanzfolge lernen - zu zweit eine Akrobatikfigur darstellen		X	X	X
			X	X
			X	X
Sich körperlich ausdrücken, gestalten und darstellen				
- Objekte in Körperform transformieren (z. B. „Ball“: den Körper runden, zusammenrollen) - Bewegungskombinationen zu unterschiedlichen Musikstücken erfinden - Themen aus der Erfahrungswelt der Kinder tänzerisch zu Musikstücken improvisieren - Buchstaben mit Körperformen darstellen, den Namen schreiben mit Körperformen - unterschiedliche Rollen in (Bewegungs-)Geschichten mit Körperausdruck und Bewegung gestalten - Gefühle/Stimmungen pantomimisch ausdrücken	X	X	X	X
	X	X	X	X
		X	X	X
		X	X	X
		X	X	X
			X	X

4 Standards

Im Folgenden werden die erwarteten Kompetenzen (Standards) von Schüler:innen am Ende der Jahrgangsstufen 2 und 4 formuliert. Diese verstehen sich als Ergebnis von Entwicklungs- und Lernprozessen, die schon vor der Schulzeit beginnen (vgl. Kap. 3). Sie stellen damit eine Orientierung für die langfristige Planung des Unterrichts dar und bilden die Grundlage der Leistungsbewertung. In der folgenden Darstellung wird die Struktur des vorherigen Kapitels wieder aufgegriffen.

Dabei werden jedoch für die vor- oder übergeordneten Bewegungsfelder

- „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“ sowie
- „Das Spiel entdecken und Spielräume nutzen“

keine Standards formuliert, denn die in diesen Feldern entwickelten Kompetenzen werden als Grundlage für die spezifischen Kompetenzen in den anderen Bewegungsfeldern verstanden.

In den Zeilen der Tabellen finden sich jeweils die erwarteten Kompetenzen, unterschiedliche Einträge in den beiden Spalten verdeutlichen den Fortschritt. Erstreckt sich eine Formulierung über beide Spalten, zeigt dies an, dass eine Kompetenz durchgehend aufgebaut wird und die Unterschiede in den verschiedenen Jahrgängen vor allem in der Komplexität der Aufgaben liegen.

4.1 Laufen, Springen, Werfen

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen...	
bewältigen angeleitet und regelgerecht Wettbewerbssituationen.	erfüllen messbare Anforderungen bei Wettbewerben oder Wettkämpfen.
Laufen Die Schüler:innen...	
können unterschiedliche Laufformen ausführen.	können gemeinsam mit einem anderen Kind unterschiedliche Laufformen präsentieren.
können in Laufspielen kooperieren und wettkämpfen.	können ein Laufspiel in der Kleingruppe entwickeln und präsentieren.
entwickeln Freude an ausdauerndem Laufen.	können ihr Lebensalter in Minuten ohne Unterbrechung laufen.
können auf kurzen Strecken schnell und gradlinig laufen.	können eine 50 m Strecke in hohem Tempo laufen.
können körperliche Reaktionen (z. B. Herzschlag, Erröten, Schwitzen) wahrnehmen und beschreiben.	können die Herzfrequenz messen (Ruhepuls-Belastungspuls) und einordnen.
können schnell auf ein Signal reagieren.	kennen das Startkommando beim Sprint- und Ausdauerlauf.
können ihre Laufgeschwindigkeit einschätzen.	können sich und andere bzgl. der Laufgeschwindigkeit einschätzen und vergleichen
	benennen wesentliche Bewegungsmerkmale beim Sprint (Armschwung, Ballenaufsatz, Zieleinlauf.

Springen Die Schüler:innen ...	
beherrschen unterschiedliche Formen des Springens.	beherrschen die Grundlagen des Weitspringens und überwinden Hindernisse in der Höhe.
können über und auf Hindernisse springen und hinunterspringen.	können rhythmisierend über und auf Hindernisse springen.
verbessern ihre individuelle Sprungfähigkeit.	verbessern ihre individuelle Sprungfähigkeit in Weite und Höhe.
können auf unterschiedlichen Oberflächen ein und beidbeinig springen.	können einbeinig abspringen und beidbeinig landen.
können rhythmisierend synchron mit anderen hüpfen und springen.	entwickeln und präsentieren gemeinsam Sprungspiele (z. B. Hüpfkästchen).
	benennen wesentliche technische Bewegungsmerkmale beim Weitsprung und hoch Springen.
Werfen Die Schüler:innen ...	
können unterschiedliche Wurfobjekte weit werfen.	wenden Stoß und Wurftechniken an.
	können den Krafteinsatz bezüglich der Materialeigenschaften des Wurfgerätes anpassen.
können auf Ziele werfen.	
kennen unterschiedliche Wurftechniken.	können unterschiedliche Bewegungsformen des Werfens und Schleuderns ausführen.
können einhändig werfen.	führen die einfache Form des Schlagwurfes aus.
	benennen wesentliche technische Bewegungsmerkmale des Schlagballwurfs (Ballhaltung, Anlauf, Wurfauslage, Abwurf, Flugbahn).

4.2 Bewegen an Geräten

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen...	
haben Erfahrungen mit unterschiedlichen Raumlagen, der Schwerkraft, dem Gleichgewicht und der Höhe.	
verhalten sich rücksichtsvoll und achtsam anderen und sich selbst gegenüber in Bewegungslandschaften und akrobatischen Lernarrangements.	
können altersangemessen helfen und sichern.	
kennen grundlegende Turngeräte und können sie transportieren.	kennen die Funktionen grundlegender Turngeräte und können sie gemeinsam transportieren, auf- und abbauen.
können individuelle Risiken abwägen und einschätzen.	können ein individuelles Wagnis eingehen.
können Herausforderungen annehmen und bewältigen.	können in Wagnissituationen ihre eigene Leistungsfähigkeit einschätzen.

können in Bewegungsbaustellen oder Landschaften an verschiedenen Geräten Schaukeln, klettern, drehen, balancieren, rollen, stützen und springen.	beherrschen grundlegende turnerische Fertigkeiten (z. B. Springen am Kasten, Bock, Minitrampolin, Rolle vorwärts, Rad).
beherrschen grundlegende akrobatische Kunststücke mit einer/m Partner:in.	können akrobatische Kunststücke in der Gruppe (z. B. Dreiergruppe) wie Pyramiden ausführen und präsentieren.
können auf Geräten unterschiedlicher Höhe, Breite und Neigung balancieren.	können gemeinsam einen Balancierparcours unterschiedlicher Höhe, Breite und Neigung gestalten und bewältigen.
können Körperspannung wahrnehmen und aufbauen.	können Körperspannung wahrnehmen und gezielt bei Bewegungen einsetzen.
können Bewegungen mit Handgeräten (z. B. Band, Tuch, Seil, Ball) entwickeln und präsentieren.	können Bewegungsformen mit Handgeräten kombinieren, gestalten und präsentieren (z. B. Jonglage).

4.3 Bewegen im Wasser

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen	
entwickeln Bewegungsfreude im Wasser.	entwickeln und erhalten Bewegungsfreude im Wasser.
können den eigenen Körper bewegend und in Ruhe im Wasser wahrnehmen und ihre Erfahrungen beschreiben.	können die Eigenschaften des Wassers zum Fortbewegen (z. B. Gleiten, schweben, schwimmen) nutzen und Erfahrungen reflektieren.
kennen verschiedene Schwimmhilfen und nutzen sie zum Fortbewegen im Wasser.	können Schwimmhilfen gestalterisch zum Fortbewegen im Wasser verwenden.
können sich über eine kurze Strecke oder eine kurze Zeitspanne ohne Schwimmhilfen über Wasser halten.	Können den Brustarmzug und den Brustbeinschlag kombinieren und ausdauernd schwimmen.
können beim Tauchen durch Mund und Nase ausatmen.	können unter Wasser die Augen öffnen und Objekte vom Beckengrund holen.
können unter Wasser gleiten.	können unter Wasser schwimmen.
können sich mit Schwimmhilfen in Rückenlage fortbewegen.	können sich in Rückenlage im Wasser fortbewegen.
beherrschen unterschiedliche Sprünge vom Beckenrand und können sich zum Beckenrand zurückbewegen.	beherrschen unterschiedliche Sprünge aus erhöhten Positionen und können nach Auftauchen weiterschwimmen.
kennen elementare Sicherheitsregeln und hygienische Regeln und wenden sie an.	kennen die Sicherheitsregeln (für Schwimmen, Tauchen, Springen) und wenden sie an.

verhalten sich rücksichtsvoll sich selbst und anderen gegenüber und schätzen die eigenen Leistungen realistisch ein.	können individuelles Risiko beim Springen und Tauchen realistisch einschätzen.
können gemeinsam im Wasser Regelspiele und freie Spiele durchführen.	können im Wasser gemeinsam Kleine Spiele entwickeln und ausführen.

4.4 Gleiten, Fahren, Rollen

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen	
können sich mit unterschiedlichen fahrbaren Geräten vorwärts bewegen.	können unterschiedliche fahrbare Geräte gezielt in Richtung und Geschwindigkeit steuern.
können beim Fahren und Rollen auf glatten Untergründen das Gleichgewicht halten und regulieren.	können auf unebenen Untergründen das Gleichgewicht halten und regulieren.
können auf unterschiedlichen Untergründen rollen und fahren.	kennen die geltenden Verkehrsregeln im öffentlichen Raum.
sind mit der Sicherheitsausrüstung beim Fahren mit Roller, Rollschuh, Fahrrad vertraut.	können sicher bergab fahren.
können mit dem Rollbrett einen Parcours bewältigen.	können auf glatten Untergründen Inline-Skater fahren.

4.5 Ringen und Kämpfen

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen ...	
haben das Zutrauen für Körperkontakt entwickelt.	
halten die Regeln beim gegeneinander kämpfen ein und gehen achtsam miteinander um.	
können ihre eigenen Fähigkeiten und die Voraussetzungen des Gegners/der Gegnerin altersgemäß realistisch einschätzen und dem entsprechend handeln.	
können mit Sieg und Niederlage angemessen umgehen.	
tragen Sorge um die körperliche Unversehrtheit des Partners / der Partnerin sowie der eigenen Person.	
können mit der eigenen Kraft experimentieren.	können gleichmäßigen Krafteinsatz halten.
können auf die Bewegung des Gegners reagieren.	kennen (verletzungsanfällige) Körperzonen.
beherrschen Grundelemente des miteinander Kämpfens in 1:1 Situationen wie Halten, Stützen, Tragen, Rollen, Auffangen.	können Grundelemente des miteinander Kämpfens wie Halten, Stützen, Tragen, Rollen, Auffangen situations- und/oder bedürfnisgerecht einsetzen.
beherrschen grundlegende Techniken des Gegeneinanders in 1:1 Situationen wie Greifen, Heben, Drehen, Wenden,	können grundlegende Techniken des Gegeneinanders wie Greifen, Heben, Drehen,

Schieben, Ziehen.	Wenden, Schieben, Ziehen situations- und/oder bedürfnisgerecht anpassen.
können Ringen und Kämpfen in spielerischer Form ausführen.	können Wettkämpfe/Kampfspiele weiterentwickeln und Regeln bewerten/anpassen.
zeigen elementare taktische Fähigkeiten.	setzen taktische Fähigkeiten bewusst in Kampfformen ein.

4.6 Spielen in und mit Regelstrukturen

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen...	
können in kleinen Spielen mit Regeln spielen.	können die grundlegende Spielidee der großen Sportspiele umsetzen.
können mit unterschiedlichen Bällen in Spielen angemessen umgehen.	beherrschen elementare Spieltechniken (Werfen, Fangen, Pellen, Schießen).
können mit Sieg und Niederlage umgehen.	
können sich im Raum orientieren.	
können Regeln festlegen, einhalten und weiterentwickeln.	
können Gründe erkennen für ein (nicht) gelingendes Spiel.	
können ihre Rolle im Spiel erkennen und erfüllen.	können ihre Rolle im Spiel individuell gestalten.
können situativ taktisches Verhalten entwickeln.	
sprechen über Probleme bei Nichteinhaltung von Regeln und entwickeln erste Lösungsansätze.	hinterfragen Regeln und modifizieren Vorgaben entsprechend erkannter Spielprobleme.

4.7 Gestalten, Tanzen, Darstellen

Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 2	Anforderungen am Ende von Jahrgangsstufe 4
Die Schüler:innen ...	
können die Bewegungsqualitäten Raum, Zeit, Kraft und Bewegungsfluss in einfachen tänzerischen Improvisationsaufgaben anwenden.	können Bewegungsqualitäten gezielt in selbstgestalteten Improvisationen zum Ausdruck bringen.
können ihren persönlichen Umraum auf vielfältige Weise erkunden.	können Bewegungen im persönlichen Umraum (hoch/tief, vor/rück, seit/seit) gestalterisch einsetzen.
beherrschen unterschiedliche Fortbewegungsarten im Raum.	können unterschiedliche Fortbewegungsarten gestalterisch kombinieren.
können unterschiedliche Körperpositionen und Formen einnehmen.	können Standbilder zu unterschiedlichen Themen darstellen.
können sich auf unterschiedlichen Raumwegen fortbewegen.	können Raumwege gestalterisch kombinieren.

können in Partnerarbeit (Spiegelbild) einfache selbstgestaltete Bewegungen imitieren.	können in Partnerarbeit unterschiedliche Formen der gemeinsamen Bewegungsgestaltung anwenden: miteinander, nacheinander, gegeneinander.
können alltägliche Rollen oder Fantasierollen übernehmen und in Bewegung ausdrücken.	können in Kleingruppen eine Geschichte in Bewegung darstellen.
kennen einfache tänzerische Elemente (Sprünge, Drehungen, Gewichtsverlagerung).	können tänzerische Elemente in selbstgestalteten Choreografien anwenden.
können einfache Ausdrucks-Bewegungs- und Tanzformen mit und ohne Materialien reproduzieren.	können vorgegebene Ausdrucks-Bewegungs- und Tanzformen mit und ohne Materialien kombinieren und variieren.
kennen einfache Tanzformen anderer Kulturen.	können Tanzformen anderer Kulturen gemeinsam tanzen.