

Fairness und Kooperation

Einhalten von Regeln (1-9)

kann angewandte Spielregeln reflektieren
kann sich Spielregeln einprägen und im Spiel umsetzen
kann grundlegende Regeln akzeptieren und einhalten
kann grundlegende Regeln nach Aufforderung einhalten

Teamfähigkeit (1-4)

kann mit mehreren Partnern Aufgaben rücksichtsvoll und verantwortungsvoll lösen
kann mit einem Partner Aufgaben rücksichtsvoll und verantwortungsvoll lösen
kann mit einem Partner Aufgaben bewältigen (z.B. Hand in Hand einen Bewegungsparcours bewältigen)
kann mit einem Partner einfache Aufgaben bewältigen (z.B. Hand in Hand durch die Halle laufen)

Teamfähigkeit (5-9)

kann in einem Team verantwortungsvoll zusammenspielen und Mitspieler im Spiel unterstützen
kann sich in einem Team kontrolliert und verantwortungsbewusst verhalten und zusammenspielen
kann in einem Team teilweise verantwortungsbewusst mitwirken
kann in einem Team an Spielen teilnehmen

Helfen, unterstützen und sichern (1-4)

kann selbständig Situationen, in denen Hilfe benötigt wird, erfassen und einfache Hilfestellung geben
kann selbständig einfache Hilfestellungen geben
kann nach Anleitung helfen und einfache Hilfestellungen geben
kann nach Anleitung helfen

Helfen, unterstützen und sichern (5-9)

kann hilfsbereit reagieren und Hilfestellungen in verschiedenen Situationen selbständig anwenden
kann hilfsbereit reagieren und eingeübte Hilfestellungen selbständig anwenden
kann hilfsbereit reagieren und eingeübte Hilfestellungen anwenden
kann nach Hinweis hilfsbereit reagieren

Geräte auf und abbauen (1-4)

kann einfache Aufgaben beim Geräteauf- und abbau selbständig übernehmen
kann einfache Aufgaben beim Geräteauf- und abbau übernehmen
kann sich am Geräteauf- und abbau beteiligen
kann sich am Geräteauf- und abbau mit Anleitung beteiligen

Kompetenzorientiert bewerten im Sportunterricht

Geräte auf und abbauen (5-9)

kann beim Geräteauf- und abbau Verantwortung übernehmen und erkennt Gefahrensituationen selbständig
kann beim Geräteauf- und abbau Verantwortung übernehmen
kann sich am Geräteauf- und abbau selbständig beteiligen
kann sich am Geräteauf- und abbau beteiligen

Bei Sport- und Spielfesten unterstützend mitwirken (5-9)

kann Sport- und Spielfeste selbständig planen und durchführen
kann bei Sport- und Spielfesten Ideen zur Durchführung einbringen
kann bei Sport- und Spielfesten selbständig mitwirken
kann bei Sport- und Spielfesten mitwirken

Fitness und Gesundheit

Die Bedeutung von Bewegung, Entspannung und Fitness für die Gesundheit beschreiben
und im Sportunterricht umsetzen

1-4

kann sich im Rahmen individueller Belastungsfähigkeit über einen längeren Zeitraum ausdauernd bewegen
kann sich im Rahmen individueller Belastungsfähigkeit ausdauernd bewegen.
kann sich im Rahmen individueller Belastungsfähigkeit über einen kürzeren Zeitraum ausdauernd bewegen.
kann sich im Rahmen individueller Belastungsfähigkeit bewegen.

kann altersgemäße Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen korrekt ausführen.
kann altersgemäße Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen überwiegend korrekt ausführen.
kann altersgemäße Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen mit Hilfe korrekt ausführen.
kann altersgemäße Kräftigungs-, Dehnungs- und Beweglichkeitsübungen mit Hilfe ausführen.

kann mit Körperspannung und -entspannung selbständig experimentieren und verschiedene Entspannungsformen unter Anleitung korrekt ausführen.
kann mit Körperspannung und -entspannung experimentieren und verschiedene Entspannungsformen unter Anleitung überwiegend korrekt ausführen.
kann mit Körperspannung und -entspannung teilweise experimentieren und verschiedene Entspannungsformen unter Anleitung teilweise korrekt ausführen.
kann mit Körperspannung und -entspannung unter Anleitung experimentieren und verschiedene Entspannungsformen unter Anleitung ausführen.

kann sich in einfachen Situationen rückschonend bewegen (Geräteauf- und abbau)

Die Bedeutung von Bewegung, Entspannung und Fitness für die Gesundheit beschreiben
und im Sportunterricht umsetzen

5-9

kann Ausdauerfähigkeit selbständig aufbauen und Atemtechniken bei Ausdauerübungen korrekt anwenden
kann Ausdauerfähigkeit überwiegend selbständig aufbauen und Atemtechniken bei Ausdauerübungen überwiegend korrekt anwenden.
kann Ausdauerfähigkeit teilweise aufbauen und Atemtechniken bei Ausdauerübungen teilweise korrekt anwenden
kann Ausdauerfähigkeit mit Unterstützung aufbauen und Atemtechniken bei Ausdauerübungen anwenden.

kann Übungen zur Kräftigung der Muskelgruppen ohne/mit Geräten korrekt ausführen, Muskelgruppen korrekt funktionell dehnen.

Kompetenzorientiert bewerten im Sportunterricht

kann Übungen zur Kräftigung der Muskelgruppen ohne/mit Geräten überwiegend korrekt ausführen, Muskelgruppen überwiegend korrekt funktionell dehnen.
kann Übungen zur Kräftigung der Muskelgruppen ohne/mit Geräten teilweise korrekt ausführen, Muskelgruppen teilweise korrekt funktionell dehnen.
kann Übungen zur Kräftigung der Muskelgruppen ohne/mit Geräten mit Hilfe ausführen, Muskelgruppen mit Hilfe funktionell dehnen

kann verschiedene Formen der Entspannung korrekt anwenden.
kann verschiedene Formen der Entspannung überwiegend korrekt anwenden.
kann verschiedene Formen der Entspannung teilweise korrekt anwenden.
kann verschiedene Formen der Entspannung mit Unterstützung anwenden.

kann Kenntnisse über eine rückschonende Haltung korrekt umsetzen und sich im Alltag rückschonend bewegen.
kann Kenntnisse über eine rückschonende Haltung überwiegend korrekt umsetzen und sich im Alltag rückschonend bewegen.
kann Kenntnisse über eine rückschonende Haltung teilweise korrekt umsetzen und sich im Alltag rückschonend bewegen.
kann Kenntnisse über eine rückschonende Haltung mit Hilfe umsetzen und sich im Alltag rückschonend bewegen.

Kenntnisse über gesunde Ernährung und Körperpflege bei sportlicher Betätigung beachten 5-9

achtet sehr auf Körperpflege und Hygiene bei sportlicher Betätigung
achtet auf Körperpflege und Hygiene bei sportlicher Betätigung
achtet meistens auf Körperpflege und Hygiene bei sportlicher Betätigung
achtet nach Aufforderung auf Körperpflege und Hygiene bei sportlicher Betätigung

Freude am lebenslangen Ausüben von Sport zeigen 5-9

zeigt sehr große Freude am Ausüben von Sport und Bewegung
zeigt große Freude am Ausüben von Sport und Bewegung
zeigt Freude am Ausüben von Sport und Bewegung
zeigt in einigen Situationen Freude am Ausüben von Sport und Bewegung

Spiele, Gestalten und Leisten

Motivation

1-4

kann sich zur sportlichen Betätigung sehr leicht motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung leicht motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung durch zusätzliche Impulse motivieren

Ängste abbauen/Selbstvertrauen gewinnen

1-4

gewinnt durch sportliche Betätigung sehr großes Selbstvertrauen
gewinnt durch sportliche Betätigung großes Selbstvertrauen
gewinnt durch sportliche Betätigung Selbstvertrauen
gewinnt durch sportliche Betätigung hin und wieder Selbstvertrauen

Frustrationstoleranz

1-4

kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen sehr gut umgehen
kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen angemessen umgehen
kann in bestimmten Situationen mit Niederlagen und negativen Erfahrungen umgehen
kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen mit Unterstützung umgehen

Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen

1-4

zeigt auch bei schwierigen Bewegungsaufgaben große Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei schwierigen Bewegungsaufgaben Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei schwierigen Bewegungsaufgaben teilweise Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei einfachen Bewegungsaufgaben teilweise Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen

Individuelle Leistungsfähigkeit in den Bewegungsfeldern (Leichtathletik/Schwimmen/Geräturnen/Sportspiele/Fahren-Rollen-Gleiten/Rhythmus- Bewegung-Tanz)

1-4

bewegt sich konstant auf einem sehr hohen Leistungsniveau im Bewegungsfeld...
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) enorm steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) mit Unterstützung steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) mit viel Unterstützung steigern

Kompetenzorientiert bewerten im Sportunterricht

Motivation

5-9

kann sich zur sportlichen Betätigung sehr leicht motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung leicht motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung motivieren
kann sich zur sportlichen Betätigung durch zusätzliche Impulse motivieren

Selbstwertgefühl

5-9

erkennt die positive Wirkung von Bewegung auf das eigene Wohlergehen in vollem Umfang
erkennt die positive Wirkung von Bewegung auf das eigene Wohlergehen
erkennt teilweise die positive Wirkung von Bewegung auf das eigene Wohlergehen
erkennt die positive Wirkung von Bewegung auf das eigene Wohlergehen durch Hilfe

Frustrationstoleranz

5-9

kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen sehr gut umgehen
kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen angemessen umgehen
kann in bestimmten Situationen mit Niederlagen und negativen Erfahrungen umgehen
kann mit Niederlagen und negativen Erfahrungen mit Unterstützung umgehen

Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen

5-9

zeigt auch bei schwierigen Bewegungsaufgaben große Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei schwierigen Bewegungsaufgaben Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei schwierigen Bewegungsaufgaben teilweise Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen
zeigt bei einfachen Bewegungsaufgaben teilweise Anstrengungsbereitschaft und Durchhaltevermögen

Individuelle Leistungsfähigkeit in den Bewegungsfeldern (Leichtathletik/Schwimmen/Geräturnen/Sportspiele/Fahren-Rollen-Gleiten/Rhythmus- Bewegung-Tanz)

5-9

bewegt sich konstant auf einem sehr hohen Leistungsniveau im Bewegungsfeld...
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) enorm steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) mit Unterstützung steigern
kann seine individuelle Leistungsfähigkeit im Bewegungsfeld (...) mit viel Unterstützung steigern