

## Turnen und Bewegungskünste

### Alle Schüler/innen können...

<b>Sach- kompetenz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• die Rolle vorwärts und rückwärts (auf einer schiefen Ebene) turnen</li> <li>• beim Handstand eine kurze Dauer auf den Händen stehen</li> <li>• vom Sprungbrett einen Grätschsprung und eine Hocke über den Bock springen (kleinste Stufe)</li> <li>• an Reck, Barren und Schwebebalken die einzelnen Elemente gemäß den Anforderungen der Bundesjugendspiele im Geräteturnen turnen</li> <li>• drei unterschiedliche Bewegungsfertigkeiten im Boden- und Geräteturnen verbinden und flüssig präsentieren</li> <li>• nach Anleitung Hilfestellung geben und die Turngeräte aufbauen</li> <li>• ein auf Körperspannung und -balance beruhendes Kunststück mit dem Partner demonstrieren (Partnerakrobatik)</li> </ul>
<b>Methoden</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• auf einer schiefen Ebene vorwärts und rückwärts rollen</li> <li>• den Handstand an verschiedenen Stationen üben</li> <li>• Übungen zur Sprungkraft, Stützkraft und Körperspannung ausführen</li> <li>• mit Plakaten und Stationskarten arbeiten</li> <li>• Kunststücke mit der unteren Person in Bankstellung, Rückenlage oder Standposition mit gebeugten Beinen ausprobieren und vorzeigen</li> </ul>
<b>Bewusst- sein, Reflexion und Urteil</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsprobleme beschreiben</li> <li>• Bewegungsformen nach entwickelten Kriterien bewerten</li> <li>• Unterstützung annehmen, vertrauen aufbauen und Verantwortung für die Partnerin/den Partner übernehmen</li> <li>• sich selbst und andere realistisch einschätzen</li> </ul>

#### Erweitertes Niveau

- in den Handstand aufschwingen und abrollen
- ein Rad turnen
- über den erhöhten Bock springen
- verantwortungsbewusst Hilfestellung geben
- beim Geräteauf- und -abbau unaufgefordert helfen
- die geübten Elemente motorisch gut präsentieren

#### Herausforderndes Niveau

- eine Radwende turnen
- einen Grätschsprung über einen 4-teiligen Kasten springen
- im Team Geräte aufgabengerecht arrangieren und selbstständig helfen und sichern
- eigene Ideen zum Erwerb der Zielbewegung finden
- die geübten Elemente motorisch sehr gut präsentieren

#### Verbindliche fachmethodische Kompetenz

- ein Kunststück vorführen

#### Verbindliche Lern- und Arbeitstechnik

- Präsentation

#### Materialhinweise

Stationskarten Bodenturnen und Geräteturnen  
Plakate zur Hilfestellung  
Plakat Partnerakrobatik  
Literatur: „Sportiv“, Geräteturnen, Klett Verlag

#### Verbindliches Überprüfungsformat

Drei unterschiedliche Bewegungsfertigkeiten im Boden- und Geräteturnen verbinden und flüssig präsentieren.  
Einen Sprung vorzeigen.  
Ein Kunststück mit Partner/in demonstrieren

#### Mögliche Fächerverbindung

GEP: Thema Freizeit

#### Verbindliche Zuordnung zu übergreifenden Curricula

Mobilität

Bildung f. nachhaltige Entwicklung

Schulbibliothek als Lernort