



Bildungs- und Lehrplanbezüge

Basalphase (0-3 Jahre)

Bildungsplanbezüge Kita, Tagespflegepersonen

Bildungsbereich

Somatische Bildung

Naturwissenschaftliche Bildung

Lerninhalt

Bewegung → Kontakt wird nicht nur über Sprache hergestellt, Bewegungsräume statt Sitzkindergärten

Natur → Wahrnehmen, Beobachten

→ Ökologie, z.B. Wandern, Spazieren gehen und die Ökologie des eigenen Körpers erfahren

Natur → *Ergänzende Inhalte für die Bildungsarbeit mit Mädchen und Jungen in der Kindertagespflege* (Basisstationen im Freien)

Elementarphase (3-6 Jahre)

Bildungsplanbezüge Kita

Bildungsbereich

Somatische Bildung

Naturwissenschaftliche Bildung

Soziale Bildung

Kommunikative Bildung

Ästhetische Bildung

Lerninhalt

Bewegung

Natur → Wahrnehmen, Beobachten

→ Ökologie, z.B. Wandern, Spazieren gehen und die Ökologie des eigenen Körpers erfahren

Soziales Lernen

Sprache und Spiel

Wahrnehmen

Primarphase (6-10 Jahre)

Bildungsplanbezüge Hort

Bildungsbereich

Somatische Bildung

Naturwissenschaftliche Bildung

Ästhetische Bildung

Lerninhalt

Ergänzende Inhalte Hort → Basale Bedürfnisse befriedigen-
Grundlage für Wohlbefinden → Körper spüren, Grenzen testen

Natur, Ökologie (Basisstationen im Freien)
Wanderungen und Naturbeobachtungen

Spiel und Bewegung



Lehrplanbezüge Grundschule

Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-2	LB1: Leichtathletische Übungen → Erkunden von Bewegungsmöglichkeiten in der Natur, z.B. Wanderungen, Projekttag mit Bewegungserlebnis in der Natur verbinden
3-4	LB1: Leichtathletische Übungen → Anwenden von Formen des ausdauernden Laufens, z.B. Werte und Wirkung der Ausdauerschulung kennen lernen → Anwenden von Bewegungsmöglichkeiten in der Natur, z.B. Wanderungen, Klassenfahrten,
1-4	WP1: Orientierungslauf WP3: Kleine Rückenschule

Fächerverbindende Ansätze

Thema: Gesundheitsbewusstsein, Wechsel von Ruhe und Bewegung

Fächer	Inhalte
Sport 1-2	LB4: Körperhaltung, Spannungs- und Entspannungsübungen im Liegen und Sitzen
4	LB1: Befindlichkeiten bei kontrastreichen Laufbedingungen erleben , eigene Leistungsfähigkeit einschätzen, Ausdauerschulung
Sachunterricht 1-2	LB2: Wechsel von Ruhe und Bewegung
4	LB2: Atmung und Herzschlag, Pulsschlag

Lehrplanbezüge Förderschule

Fach/ Klassenstufe	Lernbereich/ Lerninhalt
Sport 1-2	LB1: Jeder ist etwas Besonderes → Entwickeln der Wahrnehmung → Körpererfahrungen sammeln an unterschiedlichen Orten LB2: Einer braucht den anderen → Üben vielfältiger Spielformen: z.B Partnerübungen, → Fairness und Toleranz, z.B. Regeln absprechen LB 4: Natur entdecken und erleben LB 5: Die Welt um mich herum → Erkunden von Möglichkeiten für Bewegung, Spiel und Sport in den Pausen und in der Freizeit: Bewegungsräume außerhalb der Schule, z.B. Wald und Wiese LB6: Motorische Fertigkeiten → Grundlagenausdauer, Schnelligkeit, Dauermethode, Pendelstaffel
Deutsch 1-2	LB6: Natur entdecken und erleben → Kennen jahreszeitlicher Veränderungen WP4: Natur entdecken → Kennen und Erleben von Besonderheiten aus der Region, z.B. Exkursionen



Lern- und Erfahrungsfeld Laufen, Springen, Werfen
 Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes und sicheres Laufen,
 Springen, Werfen



Sport 3-4

LB3: Wünsche, Träume, Fantasie → körperformende, haltungsschulende und kräftigende Übungen, Kraftübungen, Entspannung

LB5: Die Welt um mich herum → Anwenden der Möglichkeiten für Bewegung, Spiel und Sport in den Pausen und in der Freizeit

Deutsch 3-4

WP2: Walderlebnisse → *Exkursionen*

Fächerverbindende Ansätze

Thema: Natur entdecken und erleben

Fächer

Sport 1-2

Deutsch 1-2

Ethik 1-2

Religion ev. 1-2

Religion kath. 1-2

Inhalte:

LB 4: Natur entdecken und erleben

LB 6: Kennen jahreszeitlicher Veränderungen

Einblick gewinnen in die Schönheiten der Natur

Natur entdecken und erleben - Schöpfung

Natur entdecken und erleben - Schöpfung

Sekundarphase I (10-15 Jahre)

Lehrplanbezüge Förderschule

Fach/ Klassenstufe

Sport 5-9

Lernbereich/ Lerninhalt

LB2: Motorische Fähigkeiten → Verbessern der Kondition, Kraftausdauer, Zirkeltraining, Schnellkraft, Anstrengungsbereitschaft

Sport 5-9

LB4: Leichtathletik → Geländelauf

WP4: Fitness → Erkunden gesundheitsfördernder Übungen: Haltungsschule, Walking, Entspannungsformen

→ Verbessern der Fitness

Deutsch 7

LB3: Haushalten, Wohnen und Freizeit gestalten

→ Kennen von Möglichkeiten der Freizeitgestaltung: Vereine, AGs, Hobbys

Fächerverbindende Ansätze

Thema: Gesundheitsbewusstsein, Auswirkungen von Verhaltensweisen auf Organe/den Körper

Fächer

Sport 7-9

Inhalte

WP4: Fitness → Verbessern der Fitness mit Partner und in der Gruppe üben

Biologie 5-6

LB3: Bewegung in Natur und Technik → sich zu Maßnahmen zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit positionieren

→ Zusammenspiel von Muskulatur und Sehnen

Biologie 7

LB1: Auswirkungen von Verhaltensweisen auf Organe/den Körper

LB2: Lebensgrundlagen Luft und Wasser → Ein- und Ausatmen, z.B. Atemtechniken

Biologie 8-9

LB1: Lebensgrundlage Energie → Zusammenhang zwischen Ernährung, Bewegung und Gesundheit, z.B.



Biologie 8-9

Lern- und Erfahrungsfeld Laufen, Springen, Werfen
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes und sicheres Laufen,
Springen, Werfen



Beurteilen von Verhaltensweisen hinsichtlich ihrer Auswirkungen auf Herz und Kreislauf
LB3: Menschen erkennen, gestalten und verändern die Umwelt → sich zu Maßnahmen und Regeln für die Erhaltung der Gesundheit und Leistungsfähigkeit positionieren

Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium

Fach/ Klassenstufe

Sport 5-7

Lernbereich/ Lerninhalt

LB1: Leichtathletik → Beurteilen der Werte und Wirkungen des Freizeitsports: gesundheitsfördernde Wirkungen des Ausdauerlaufs erkennen, z.B. Lauftreffs, Crossstrecken anlegen

5-10

LB2: Bewegungserlebnisse in der Natur

8-10

LB1: Leichtathletik → Gestalten von schul- und freizeitorientierten Sportaktivitäten unter Beachtung der Gesundheitsförderung
→ aktuelle freizeitsportliche Trends mit der Leichtathletik verknüpfen, z.B. Freizeitdauerlauf
LB2: Fitness, Gesundheitsorientierte Ausbildung motorischer Fähigkeiten

5-10

Fächerverbindende Ansätze

Thema: Zusammenhänge zwischen Bewegung und Gesundheit

Fächer

Sport 5-9

Inhalte

LB2: Fitness, Gesundheitsorientierte Ausbildung motorischer Fähigkeiten

Bio 7

LB2: Bau und Funktionen des menschlichen Körpers → Beurteilen der Auswirkungen verschiedener Verhaltensweisen auf das stütz- und Bewegungssystem

WP1: Gesunderhaltung von Skelett und Muskulatur

WP2: Gesunderhaltung von Herz und Kreislauf

Sekundarphase II (15-18 Jahre)

Lehrplanbezüge Mittelschule und Gymnasium

Fach/ Klassenstufe

Sport 8-10

Lernbereich/ Lerninhalt

LB1: Leichtathletik → Gestalten von schul- und freizeitorientierten Sportaktivitäten unter Beachtung der Gesundheitsförderung
→ aktuelle freizeitsportliche Trends mit der Leichtathletik verknüpfen, z.B. Freizeitdauerlauf
LB2: Bewegungserlebnisse in der Natur
LB2: Fitness, Gesundheitsorientierte Ausbildung motorischer Fähigkeiten

11-12

LB1: Leichtathletik → Verbessern ausgewählter motorischer Fähigkeiten



Sport 11-12

Lern- und Erfahrungsfeld Laufen, Springen, Werfen
Inhaltsaspekt 4: gesundheitsförderndes und sicheres Laufen,
Springen, Werfen



→ gesundheitsorientierte Ausbildung der motorischen Fähigkeiten, z.B. Fitness
→ Gestalten von schul- und freizeitorientierten Sportaktivitäten unter Beachtung der Gesundheitsförderung

LB2: Bewegungserlebnisse in der Natur → freizeit- und gesundheitsorientiertes Anwenden

Leistungskurs LB1: Gesellschaftliche Grundlagen

Leistungskurs LB 2: Psychomotorische Grundlagen

Leistungskurs LB 3: Sportmotorische Grundlagen

***Leistungskurs LB 4: Bewegungskompetenzen-
sportmotorische Fähigkeiten***