

# Übersicht Kompetenzraster für den Sportunterricht

Level	Sportkultur	Spielkultur	Gesundheitskultur	Ausdruckskultur
<b>Level 1</b> 1. KG Standortbestimmung Praxisbeispiel  2. KG Standortbestimmung Praxisbeispiel	<b>Klettern L1</b> Koordination & Co. L1  <b>Rotation L1</b> Rollen L1	<b>Ball tragen L1</b> Ball Basics L1  <b>Treffen L1</b> Bälle rollen L1	<b>Balance L1</b> Gleichgewicht L1  <b>Orientierung L1</b> Wahrnehmung L1	<b>Bewegung zu Musik L1</b> Pantomime L1  <b>Körperteile L1</b> Körperwahrnehmung L1
<b>Level 2</b> 1. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  2. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  3. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	<b>Schwingen L2</b> Schwingen, Hangeln, Schaukeln L2  <b>Kämpfen L2</b> Gladiatoren L2  <b>Sprint L2</b> Laufspiele L2	<b>Ball prellen L2</b> Balltechnik L2  <b>Spielerische Grundlagen L2</b> Spiel Basics L2  <b>Ball führen L2</b> Futsal L2a	<b>Ausdauer L2</b> Herz-Kreislauf Total L2  <b>Balance L2</b> Gleichgewicht L2  <b>Sprung Koordination L2</b> Seilspringen L2	<b>Bewegungsfolge L2</b> Tanzen im Kreis L2  <b>Rhythmisches Springen L2</b> Gummitwist L2  <b>Rhythmische Bewegungen L2</b> Volkstanz L2
<b>Level 3</b> 4. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  5. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  6. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	<b>Minitrampolin L3</b> Strecksprung L3  <b>Würfe L3</b> Werfen total L3  <b>Stützsprünge L3</b> Take Off L3	<b>Ball passen L3</b> Balltechnik L3  <b>Taktik L3</b> Ball Games L3  <b>Rückschlagspiel L3</b> Los-Turnier L3	<b>Ausdauer L3</b> Pulsierendes Training L3  <b>Sprung Koordination L3</b> Seilspringen L3  <b>Kraft L3</b> Circuit Mix L3a	<b>Gruppentanz L3</b> Dance Basics L3  <b>Jonglieren L3</b> Manege frei L3  <b>Zeit-Raum-Kraft L3</b> Körpersprache L3
<b>Level 4</b> 7. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  8. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel  9. SJ Standortbestimmung Praxisbeispiel	<b>Leichtathletische Sprünge L4</b> Fosbury Flop L4  <b>Handstand L4</b> Handstand Festival L4  <b>Rotation L4</b> Drehen um die Querachse L4	<b>Torschuss L4</b> Sprungwurf L4  <b>Spielregeln L4</b> Fussball Games L4  <b>Taktik L4</b> Spiel Basics L4	<b>Kraft L4</b> Circuit Mix L4a  <b>Ausdauer L4</b> Big Mac Menu L4  <b>Beweglichkeit L4</b> Circuit Mix L4b	<b>Tanz mit Handgerät L4</b> Basketballtanz L4  <b>Partnerfiguren L4</b> Partnerakrobatik L4  <b>Tanz in Gruppen L4</b> Dance Basics L4