

## Kompetenzraster: „Bewegung und Sport“, 1. Schulstufe

Teilkompetenz	Kompetenzniveau 1 Die Schüler/innen können ...	Lehrplanbezug (BGBI. II Nr. 1/2023)
<b>Kompetenzbereich: Fachkompetenz – Motorische Grundlagen</b>		
Konditionelle Fähigkeiten zeigen und anwenden (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit)	<p>... Erfahrungen mit Körperspannung und Stützkraft sammeln, das eigene Körpergewicht halten sowie die Beweglichkeit verbessern.</p> <p>... sich sowohl ausdauernd als auch schnell bewegen (z. B. Laufspiele).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten zeigen</li> <li>- ihre Muskulatur kräftigen (ua. Rücken-, Bauch-, Fußmuskulatur)</li> <li>- ihren Körper stabilisieren und mobilisieren</li> <li>- Schnelligkeit, Kraft (Stütz- und Haltekraft, Rumpfstabilität), Ausdauer</li> <li>- Beweglichkeit</li> </ul>
Koordinative Fähigkeiten entwickeln, verbessern, erweitern und anwenden (z. B. Reaktion, Gleichgewicht, Orientierung, Rhythmus)	... koordinative Fähigkeiten und technische Fertigkeiten erlernen sowie diese anwenden (z. B. einfache Gleichgewichtsstationen bewältigen, Arm- und Beinbewegungen koppeln, sich im Raum orientieren sowie auf Signale reagieren).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ihre koordinativen und konditionellen Fähigkeiten zeigen</li> <li>- Gleichgewicht, Orientierung, Rhythmus, Reaktion, Differenzierungsfähigkeit, Abstimmung von Teilbewegungen</li> </ul>
Erfahrungen auf gleitenden und rollenden Geräten sammeln und elementare Fertigkeiten auf diesen zeigen	... vielfältige Erfahrungen mit einem gleitenden oder einem rollenden Gerät (z. B. Rollbrett, Teppichfliese, Pedalo) bzw. auch mit einem Sommer- oder Wintersportgerät (z. B. Fahrrad, Scooter, Skateboard, Inlineskates, Langlaufski, Alpinski, Eislaufschuhe, Rodel) sammeln und sicher stürzen.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bildungs- und Lehraufgabe: Erweiterung von Körper- und Bewegungserfahrungen sowie Anleitung zur Entwicklung vielfältiger motorischer Basiskompetenzen von Bewegung und Sport</li> <li>- Sport und Sinn: mit etwas (Materialien) spielen</li> </ul>
<b>Kompetenzbereich: Fachkompetenz – Spielen</b>		
Eine altersadäquate Spielfähigkeit erwerben und anwenden (Bewegungsspiele, kleine und große Sportspiele, Rückschlagspiele)	<p>... verschiedene Spielobjekte (z. B. Bälle, Reissäcke, Ringe, Ball und Schläger) rollen, fangen, werfen, prellen, führen (Grundtechniken), ein Ballgefühl entwickeln und auf Ziele werfen.</p> <p>... verschiedene Spielobjekte in der Grobform annehmen und abspielen, mit- und gegeneinander (Partneraufgaben).</p> <p>... an Bewegungsspielen teilnehmen (Teamaufgaben).</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielideen verstehen</li> <li>- miteinander spielen (auch mit unterschiedlichen Spielgeräten und Materialien)</li> <li>- Spielregeln anerkennen</li> </ul>

Teilkompetenz	Kompetenzniveau 1 Die Schüler/innen können ...	Lehrplanbezug (BGBI. II Nr. 1/2023)
<b>Kompetenzbereich: Fachkompetenz – elementare Bewegungsformen</b>		
Erfahrungen mit elementaren (freien) turnerischen Bewegungsformen am Boden und an Geräten sammeln sowie turnerische Grundfertigkeiten erlernen und ausführen (Tae, Ringe, Bewegungslandschaften)	... Bewegungserfahrungen sammeln: Grundbewegungen wie Balancieren, Hängen, Hangeln, Rollen, Drehen, Schaukeln, Schwingen (z. B. an Tauen und Ringen), Springen, Stützen und Klettern.	elementare (freie) turnerische Bewegungsformen am Boden und an Geräten ausführen
	... elementare und freie Bewegungen am Boden und an Geräten ausführen.	
Elementare leichtathletische Bewegungsformen (laufen, springen, werfen) erlernen und anwenden, auch in Einzel- und Gruppenwettkämpfen	... rhythmisch laufen und über niedere Hindernisse laufen.	schnell, ausdauernd, rhythmisch und über Hindernisse laufen
	... in die Weite und Höhe springen.	in die Weite und Höhe springen
	... verschiedene Wurfgeräte werfen.	mit verschiedenen Wurfgeräten in die Weite und auf Ziele werfen
Elementare Bewegungsformen im Wasser erlernen und anwenden (schwimmen, tauchen, ins Wasser springen, Baderegeln)	... grundlegende Baderegeln wiedergeben.	Wirkungen des Wassers (ua. Auftrieb, Widerstand) bewältigen  (Didaktische Grundsätze: Möglichkeit der Verschiebung bestimmter Kompetenzen (ua. Schwimmen) in andere Schulstufen innerhalb des Lehrplans der Primarstufe aufgrund von organisatorischen (ua. räumlichen) Rahmenbedingungen)
	... ein Wassergefühl (schweben, gleiten, treiben) entwickeln und Wassersicherheit in und durch abwechslungsreiche Spiel- und Übungsformen gewinnen.	
	... die Angst vor Wasser reduzieren (z. B. mit der Verwendung von Schwimmbrillen und Schwimmhilfen).	
	... sich im brusttiefen Wasser frei bewegen.	
	... sich über eine kurze Strecke mit Schwimmhilfe über Wasser halten.	
	... eine kurze Zeit unter Wasser bleiben und ausatmen.	
... ins Wasser springen.		

Teilkompetenz	Kompetenzniveau 1 Die Schüler/innen können ...	Lehrplanbezug (BGBL II Nr. 1/2023)
<b>Kompetenzbereich: Fachkompetenz – Wahrnehmen und Gestalten</b>		
Sich rhythmisch bewegen sowie einfache gymnastische, akrobatische und tänzerische Bewegungsformen auch mit Handgeräten/Materialien umsetzen	... Bewegungen imitieren, in verschiedene Rollen schlüpfen.	Bildungs- und Lehraufgabe: Erweiterung von Körper- und Bewegungserfahrungen sowie Anleitung zur Entwicklung vielfältiger motorischer Basiskompetenzen von Bewegung und Sport
	... an Bewegungsgeschichten mit und ohne Musik teilnehmen.	
	... gymnastisch-tänzerische Grundformen (gehen, laufen, hüpfen, federn, springen, schwingen) zu Musik, Rhythmen, Sprache, akustischen und optischen Impulsen entwickeln.	
<b>Kompetenzbereich: Methodenkompetenz</b>		
Organisatorische, bewegungstechnische und sicherheitsbezogene Kompetenzen erwerben und anwenden	... fachspezifische Organisationsstrukturen (z. B. Kreisaufrstellung, Reihe) verstehen und umsetzen.	- fachspezifische Organisationsstrukturen und Rahmenbedingungen verstehen und einhalten - bewegungs- und sportbezogene Aufgaben verstehen und umsetzen
	... sich Aufgabenstellungen merken und Bewegungsaufgaben nachmachen.	
	... die Grundsätze der Hygiene und Körperpflege anwenden.	
<b>Kompetenzbereich: Sozialkompetenz</b>		
Sich auf das Können und Verhalten anderer einstellen, Rücksicht nehmen, sich fair verhalten und Bewegungsaufgaben gemeinsam lösen	... zuhören und einfache Bewegungsaufgaben gemeinsam lösen.	sich in eine Gruppe integrieren und miteinander kooperieren
<b>Kompetenzbereich: Selbstkompetenz</b>		
Den Körper wahrnehmen und die motorische Leistungsfähigkeit sowie das Sozialverhalten realistisch einschätzen	... den Körper, sich selbst und die Umwelt bewusst wahrnehmen (z. B. mit allen Sinnen erleben, Bewegungen gezielt steuern).	ihren Körper bewusst wahrnehmen und Bewegungen gezielt steuern