

# Kompetenzen/Kompetenzstufen

## a) Kompetenz:

### 2 | Bewegen an Geräten

#### A | Grundbewegungen an Geräten

1. Die Schülerinnen und Schüler können Grundbewegungen wie Balancieren, Rollen-Drehen, Schaukeln-Schwingen, Springen, Stützen und Klettern verantwortungsbewusst ausführen. Sie kennen Qualitätsmerkmale und können einander helfen und sichern.

#### B | Beweglichkeit, Kraft und Körperspannung

1. Die Schülerinnen und Schüler können Körperspannung aufbauen, ihren Körper stützen und die Gelenke in funktionellem Umfang bewegen. Sie wissen, wie sie Beweglichkeit und Kraft trainieren können.

### 3 | Darstellen und Tanzen

#### A | Körperwahrnehmung

1. Die Schülerinnen und Schüler können ihren Körper wahrnehmen, gezielt steuern und sich in der Bewegungsausführung korrigieren.

## b) Kompetenzstufen/Teilkompetenzen

Balancieren Die Schülerinnen und Schüler ?			
1	1a	» können auf einer schmalen Unterlage balancieren (z.B. über Langbank gehen).	
	1b	» können auf einer schmalen Unterlage auf verschiedene Arten balancieren (z.B. rückwärts, seitwärts, mit Drehung).	
	1c	» können auf labilen Geräten balancieren (z.B. Stelzen, Wippe, Balancebrett, Pedalo).	
Beweglichkeit und Kraft Die Schülerinnen und Schüler ?			
1	1a	» können den Bewegungsumfang der Gelenke wahrnehmen.	
	1b	» können den Bewegungsumfang der Gelenke ausnützen sowie den Körper stützen (z.B. im Liegestütz vorwärts und rückwärts).	
	1c	» können den gespannten Körper auf den Händen stützen (z.B. Handstand mit Hilfe).	
Körperspannung Die Schülerinnen und Schüler ?			
1	2a	» können den Körper als schlaff und gespannt wahrnehmen (z.B. Marionette).	
	2b	» können den Körper in statischen I-Posen anspannen (z.B. Brett am Boden).	
Körperwahrnehmung Die Schülerinnen und Schüler ?			
1	a	» können die Umwelt und sich mit verschiedenen Sinnen wahrnehmen (z.B. taktil, kinästhetisch, vestibulär) sowie Körperteile unterscheiden und benennen.	MU.3.A.1.a
	b	» können die Stellung des Körpers im Raum wahrnehmen (z.B. Aufstellung auf einer Linie, im Kreis, in versetzten Reihen).	MU.3.A.1.c
	c	» können Körperteile gezielt steuern.	

## Entwicklungsorientierte Zugänge:

1	<b>Körper, Gesundheit Motorik</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• sind aktiv, erproben und üben verschiedene Bewegungsformen</li> <li>• verfeinern ihre Bewegungsmöglichkeiten und motorischen Fertigkeiten</li> <li>• lernen vorsichtig zu handeln</li> <li>• entwickeln Selbstvertrauen und sind mutig</li> </ul>
2	<b>Wahrnehmung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• nehmen ihren Körper in Zeit Raum und über die Interaktion mit der Umwelt wahr</li> <li>• lernen Wahrnehmungen zu beschreiben und vergleichen</li> <li>• fokussieren ihre Aufmerksamkeit und üben das genaue Beobachten</li> </ul>
6	<b>Fantasie und Kreativität</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich aktiv und eigenständig mit der Umwelt auseinandersetzen</li> <li>• Wahrgenommene Dinge neu denken und weiter entwickeln</li> </ul>
7	<b>Lernen und Reflexion</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Über sachbezogene und soziale Tätigkeiten und Ziele nachdenken</li> <li>• Ihr Tun und Lernen planen und ihre Aufmerksamkeit auf das Erreichen von Ziele richten</li> </ul>
8	<b>Sprache und Kommunikation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sind aufgefordert sich zu äussern</li> <li>• Erzählungen, Begründungen, Beschreibungen, Erlebnisse</li> <li>• Erweitern ihren Wortschatz und bauen ihre Ausdrucksmöglichkeit aus</li> </ul>
9	<b>Eigenständigkeit und soziale Handeln</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwickeln Vertrauen in ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten und können diese einschätzen</li> <li>• Üben sich darin die eigenen Emotionen zu regulieren</li> <li>• Erweitern ihre Frustrationstoleranz</li> </ul>

## Überfachliche Kompetenzen:

Die Entwicklungsorientierten Zugänge sind in Zyklus 1 wichtig. Um den Zusammenhang zwischen den EZ und den überfachlichen Kompetenzen zu verdeutlichen sind diese hier aufgeführt.

<b>Personale Kompetenzen</b>	Nimmt eigene Gefühle und Interessen wahr und kann sie ausdrücken. Blickt mit Unterstützung auf eigene Lernwege zurück und beschreibt diese. Holt sich Unterstützung falls dies nötig ist.
<b>Soziale Kompetenzen</b>	Spielt und lernt gerne mit andern Kindern. Kann mit andern Abmachungen aushandeln und Regeln einhalten. Kann Konflikte begegnen, darüber sprechen und einen Konsens finden.
<b>Methodische Kompetenzen</b>	Kann situationsgerecht kommunizieren. Kann Neues mit Bekanntem Verknüpfen. Kann sich über längere Zeitdauer in eine Tätigkeit vertiefen.