

**BF 1 Den Körper wahrnehmen und  
Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**6 BWK 1.1**

*sich altersgerecht aufwärmen  
und die Intensität des Aufwärmprozesses  
an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen*

**BF 1 Den Körper wahrnehmen und  
Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**6 BWK 1.3**

*grundlegende motorische Basisqualifikationen  
(u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren)  
in unterschiedlichen sportlichen  
Anforderungssituationen anwenden*

**BF 1 Den Körper wahrnehmen und  
Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**6 BWK 1.2**

*eine grundlegende Muskel- und Körperspannung  
aufbauen, aufrechterhalten und  
in unterschiedlichen Anforderungssituationen  
nutzen*

**BF 1 Den Körper wahrnehmen und  
Bewegungsfähigkeiten ausprägen**

**6 BWK 1.4**

*eine aerobe Ausdauerleistung  
ohne Unterbrechung im Schwimmen  
(15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m)  
und in einem weiteren Bewegungsfeld  
über einen je nach Sportart angemessenen Zeit-  
raum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfah-  
ren 30 min) erbringen*

**BF 2 Das Spielen entdecken und  
Spielräume nutzen**

**6 BWK 2.1**

*Bewegungsspiele eigenverantwortlich,  
kreativ und kooperativ spielen*

**BF 2 Das Spielen entdecken und  
Spielräume nutzen**

**6 BWK 2.3**

*lernförderliche Spiele und Spielformen  
unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen  
(u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit)  
spielen*

**BF 2 Das Spielen entdecken und  
Spielräume nutzen**

**6 BWK 2.2**

*Kleine Spiele und Pausenspiele  
eigenverantwortlich (nach-)spielen und  
situations- und kriterienorientiert  
gestalten*

**BF 2 Das Spielen entdecken und  
Spielräume nutzen**

**6 BWK 2.4**

*unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbe-  
dingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum-  
und Geländeangebote) nutzen,  
um eigene Spiele zu finden,  
situations- und kriterienorientiert zu gestalten  
und zu spielen*

**BF 3 Laufen, Springen, Werfen  
- Leichtathletik**

**6 BWK 3.1**

*grundlegendes leichtathletisches Bewegen  
(schnelles Laufen, weites/hohes Springen,  
weites/zielgenaues Werfen)  
vielseitig und spielbezogen ausführen*

**BF 3 Laufen, Springen, Werfen  
- Leichtathletik**

**6 BWK 3.3**

*einen leichtathletischen Wettbewerb  
unter Berücksichtigung  
grundlegenden Wettkampfverhaltens  
durchführen*

**BF 3 Laufen, Springen, Werfen  
- Leichtathletik**

**6 BWK 3.2**

*leichtathletische Disziplinen  
(u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf)  
auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen*

**BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen**

**6 BWK 4.1**

*das unterschiedliche Verhalten des Körpers  
bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen  
(um die Längs-, Quer- und Tiefenachse)  
im und unter Wasser  
wahrnehmen*

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

6 BWK 4.2

*grundlegende Fertigkeiten  
(Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen)  
ohne Hilfsmittel im Tiefwasser  
zum sicheren und zielgerichteten Bewegen  
nutzen*

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

6 BWK 4.4

*in unterschiedlichen Situationen  
sicherheitsbewusst springen und tauchen*

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

6 BWK 4.3

*eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik  
einschließlich Atemtechnik, Start und Wende  
auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau  
sicher und ausdauernd  
ausführen*

BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen

6 BWK 5.1

*vielfältiges turnerisches Bewegen  
(Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen,  
Hangeln, Schaukeln und Schwingen)  
an unterschiedl. Geräten und Gerätekombinationen  
(z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren,  
Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossen-  
wand, Boulder-/Kletterwand)  
demonstrieren*

**BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen**

**6 BWK 5.2**

*eine Bewegungsverbindung  
aus turnerischen Grundelementen  
an einem ausgewählten Gerät  
(Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken)  
demonstrieren*

**BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen**

**6 BWK 5.3**

*grundlegende turnerische  
Sicherheits- und Hilfestellungen  
situationsbezogen wahrnehmen  
und sachgerecht ausführen*

**BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen  
- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**

**6 BWK 6.1**

*Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens  
(Laufen, Hüpfen, Springen)  
mit ausgewählten Handgeräten  
(Reifen, Seil oder Ball)  
oder Alltagsmaterialien für eine  
einfache gymnastische Bewegungsgestaltung  
nutzen*

**BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen  
- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**

**6 BWK 6.2**

*eine einfache traditionelle (Volkstanz)  
oder aktuelle (Modetanz)  
tänzerische Komposition  
präsentieren*

**BF 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen  
- Sportspiele**

**6 BWK 7.1**

*sportspielübergreifende taktische, koordinative  
und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten  
(u.a. Heidelberger Ballschule)  
in vielfältigen Spielformen anwenden*

**BF 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen  
- Sportspiele**

**6 BWK 7.3**

*in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel  
grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten  
und technisch-koordinative Fertigkeiten  
in spielerisch-situationsorientierten Handlungen  
anwenden*

**BF 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen  
- Sportspiele**

**6 BWK 7.2**

*sich in einfachen spielorientierten Handlungs-  
situationen durch Wahrnehmung von Raum,  
Spielgerät und Spielerinnen und Spielern  
taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen  
entsprechend verhalten*

**BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen  
- Rollsport/Bootsport/Wintersport**

**6 BWK 8.1**

*sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät  
kontrolliert fortbewegen,  
gezielt die Richtung ändern  
sowie situations- und sicherheitsbewusst  
beschleunigen und bremsen*

**BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen  
- Rollsport/Bootsport/Wintersport**

**6 BWK 8.2**

*grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen*

**BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport**

**6 BWK 9.2**

*in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen*

**BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport**

**6 BWK 9.1**

*unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen*