

Curriculum Sport
Jahrgang: 7/8

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
<i>Themenfeld A (Laufen, Springen, Werfen)</i>		
<u>ausdauerndes Laufen</u> -Paarlauf -Hindernislauf -Dauerläufe über 20 Minuten -Leistungsläufe über 800m/1000m	<ul style="list-style-type: none"> - konditionelle Fähigkeit Ausdauer entwickeln/verbessern - Erfahrungen über die Reaktionen des eigenen Körpers unter Belastung sammeln - Anstrengungsbereitschaft zeigen - Leistungen anderer achten 	Fach- und Handlungskompetenz Fach- und Handlungskompetenz Handlungskompetenz Sozialkompetenz
<u>schnelles Laufen</u> -Lauf-ABC -Staffelläufe -Hoch- und Tiefstart -Leistungsläufe über 75m <u>rhythmisches Laufen</u> -Überlaufen von flachen Hindernissen mit variablen Abständen	<ul style="list-style-type: none"> - Schnelligkeit verbessern - Kennen der Übungen aus dem Lauf-ABC - Grundkenntnisse zum Wechsel - sportmotorische Grobkoordination 	Fach- und Handlungskompetenz
<u>Springen</u> - Weitsprung: Sprungkoordination, Anlaufgestaltung, Absprungzone, Schrittweitsprung - Hochsprung: Anlaufgestaltung, Schersprung, Flop	<ul style="list-style-type: none"> - Kenntnis verschiedener Techniken - sportmotorische Grobkoordination 	Fach- und Handlungskompetenz
<u>Werfen/Stoßen</u> -Weitwerfen mit unterschiedlichen Geräten -Zonenwerfen -Schlagwurf -Kugelstoßen	<ul style="list-style-type: none"> - Grobkoordination Wurf (Stand, Anlauf) - Grobkoordination Standstoß - Sicherheitskriterien kennen und beachten 	Fach- und Handlungskompetenz
<u>Kleine Spiele</u> (Lauf- und Wurfspiele)	<ul style="list-style-type: none"> - Einbeziehen/Anwenden 	Komplexe Kompetenzförderung

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
Themenfeld H (Den Körper trainieren, die Fitness verbessern)		
<p><u>Ausdauer</u> - Kleine Spiele - Gelände- und Ausdauerläufe - Step-Aerobic - Seilspringen (Rope-Skipping)</p> <p><u>Grundübungen/Konditionierung</u> - verschiedene Formen (siehe 5/6 Erweiterung) - Circuit-Training (einfache Formen) - Klettern, Hangeln, Stützen, Springen</p> <p><u>Beweglichkeit</u> - Funktionsgymnastik - zielgerichtete Erwärmung - Vorbeugung gegen Haltungsschwächen</p> <p><u>Koordination</u> - Balancieren, Jonglieren, Hindernisturnen, Partnerübungen</p> <p><u>Entspannung</u> - Stretching, Partnerentspannung, Atementspannung</p> <p><u>fakultative Inhalte</u> - Trainingsprotokolle, Einsatz von Pulsuhren</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung/Verbesserung der allgemeinen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten - Steigerung der Anstrengungsbereitschaft und des Durchhaltevermögens - Stationsbetrieb - Sammeln von neuen Bewegungserfahrungen - Lehrer- und Schülerdemonstration - Gruppenarbeit fördern 	<p>Fachkompetenz</p> <p>Handlungskompetenz</p> <p>Methodenkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz</p>
<p><u>Kleine Spiele</u> - Partner- und Zweikampfübungen - verschiedene Spielformen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Einbeziehen/Anwenden/Verbessern 	<p>Komplexe Kompetenzförderung</p>

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
Themenfeld G (Basketball)		
<p>Technik -<u>Dribbling</u>: am Ort, in Bewegung -<u>Ballabgabe/Ballannahme</u>: Druckpass direkt/indirekt im Stand und in Bewegung, Schrittstopp, Sternschritt -<u>Wurf</u>: Positionswurf aus Nah- und Mitteldistanz, Korbleger aus Zweierkontaktrhythmus</p> <p>Taktik -<u>Angriff</u>: Freilaufen und Anbieten ohne Ball, Bedrohen des Korbes bei Ballbesitz, Überzahlspiele, Spielsituationen 3:3 bis 5:5 -<u>Abwehr</u>: individuelle Verteidigung</p> <p>Kenntnisse -grundlegende Regeln, Schiedsrichterzeichen, Fachbegriffe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beitrag zur Entwicklung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten - Angriffs- und Abwehrverhalten schulen -Vorbereitung Turnier - Lehrer und Schülerdemonstration - spielbezogene Anwendung der Techniken - Partner- und Gruppenarbeit - Grundregeln kennen - eigene Leistungen einschätzen - Fairplay als Spielgrundlage akzeptieren 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Methodenkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz</p> <p>Fachkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p>
Themenfeld G (Volleyball)		
<p>Technik -<u>oberes Zuspiel</u> (Pritschen): vorwärts aus dem Stand und aus der Bewegung, mit Richtungsänderung -<u>unteres Zuspiel</u> (Bagger): vorwärts aus dem Stand und aus der Bewegung -<u>Annahme/Feldabwehr</u>: flach geworfene Bälle in ein Zielgebiet baggern hoch geworfene Bälle in ein Zielgebiet pritschen -<u>oberes/Unteres Zuspiel</u>: Übungsformen zur Koordination beider Spielformen -<u>Aufschlag von unten frontal</u>: Partnerübungen mit wachsendem Abstand, mit verschiedenen Entfernungen zum Netz</p> <p>Taktik -<u>Abwehr</u>: Pflichtabspiel -<u>Spielformen</u>: 1:1, 2:2, 3:3, Schwerpunkt kooperatives Spiel -<u>Wettkampfspiel</u>: 3:3, „Chaotenball“, Quadrovolleyball, (6:6)</p> <p>Kenntnisse -grundlegende Regeln, Schiedsrichterzeichen, Fachbegriffe</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Beitrag zur Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten - Angriff- und Abwehrverhalten schulen -Vorbereitung Turnier - Lehrer und Schülerdemonstration - spielbezogene Anwendung der Techniken - Partner- und Gruppenarbeit - Grundregeln kennen - eigene Leistungen einschätzen - Fairplay entwickeln 	<p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Methodenkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz</p> <p>Fachkompetenz</p> <p>Fach- und Handlungskompetenz</p> <p>Sozialkompetenz</p>

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
<i>Themenfeld C (Bewegung an und mit Geräten)</i>		
<p><u>Ungebundene Formen</u> -Rollen, Drehen, Schwingen, Stützen, Springen, Balancieren, Klettern</p> <p><u>Gebundene Formen</u> -Boden: Rolle vorwärts, Rolle rückwärts, Kopfstand, Handstütz-Überschlag seitwärts, Stände, Schritte, Sprünge -Sprung ((Doppel)Bock, Kasten): Dreh-Sprunghocke, Sprunggrätsche, Sprunghocke -Reck: Sprung in den Stütz, Hüftaufschwung- abzug, Spreizformen, Knieab-Knieaufschwung, Hüftabzug, Felgunterschwingung -Stufenbarren: Spreizformen, Knieab- Knieaufschwung, Halteelemente, Felgunterschwingung mit Fußaufsatz -Barren: Rolle vorwärts, Spreizformen, Schwingen, Kehre, Wende -Schwebebalken: Spreizformen, Schrittformen, Stände, Sprünge, Drehungen, Halteelemente, Streck-/Grätschsprung</p> <p><u>fakultative Inhalte</u> - Partner- und Gruppenturnen: am Boden und mit unterschiedlichen Geräten -Akrobatik: Elemente mit Partner -Minitramp</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Lehrer- und Schülerdemonstration - Belehrung (Respektieren von Regeln) - gegenseitiges Helfen und Sichern - gegenseitige Anerkennung der Leistung - Kennen der Elemente - Ausführung in der Grobkoordination - kalkulierbare Entscheidungen treffen - Risikobereitschaft zeigen 	<p>Handlungs- und Methodenkompetenz</p> <p>Handlungs- und Sozialkompetenz Fach-, Handlungs- und Sozialkompetenz Sozialkompetenz Fachkompetenz Fach- und Handlungskompetenz Handlungskompetenz Handlungskompetenz</p>

Unser Curriculum der Doppeljahrgangsstufe 7/8 lässt den Austausch eines aufgeführten Themenfeldes zu Gunsten von Themenfeld D (Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten) zu. Dabei erfolgt grundlegend eine Orientierung am gültigen Rahmenplan.