

**Curriculum Sport**  
**Jahrgang: 7/8**

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

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

Unterrichtsstoff/thematische Schwerpunkte	Kompetenzentwicklung	
<b>Themenfeld G (Basketball)</b>		
<p><b>Technik</b>            -<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><b>Taktik</b>            -<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><b>Kenntnisse</b>            -grundlegende Regeln, Schiedsrichterzeichen, Fachbegriffe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beitrag zur Entwicklung der konditionellen und koordinativen Fähigkeiten</li> <li>- Angriffs- und Abwehrverhalten schulen</li> <li>-Vorbereitung Turnier</li> <li>- Lehrer und Schülerdemonstration</li> <li>- spielbezogene Anwendung der Techniken</li> <li>- Partner- und Gruppenarbeit</li> <li>- Grundregeln kennen</li> <li>- eigene Leistungen einschätzen</li> <li>- Fairplay als Spielgrundlage akzeptieren</li> </ul>	<p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Methodenkompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Handlungs- und Sozialkompetenz</b></p> <p><b>Fachkompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Sozialkompetenz</b></p>
<b>Themenfeld G (Volleyball)</b>		
<p><b>Technik</b>            -<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><b>Taktik</b>            -<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><b>Kenntnisse</b>            -grundlegende Regeln, Schiedsrichterzeichen, Fachbegriffe</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beitrag zur Entwicklung der koordinativen Fähigkeiten</li> <li>- Angriff- und Abwehrverhalten schulen</li> <li>-Vorbereitung Turnier</li> <li>- Lehrer und Schülerdemonstration</li> <li>- spielbezogene Anwendung der Techniken</li> <li>- Partner- und Gruppenarbeit</li> <li>- Grundregeln kennen</li> <li>- eigene Leistungen einschätzen</li> <li>- Fairplay entwickeln</li> </ul>	<p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Methodenkompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Handlungs- und Sozialkompetenz</b></p> <p><b>Fachkompetenz</b></p> <p><b>Fach- und Handlungskompetenz</b></p> <p><b>Sozialkompetenz</b></p>

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