

Schulinterner Lehrplan Sport für G8

Für alle Jahrgangsstufen wird in jedem Schuljahr die Prüfung zur Abnahme des Sportabzeichens durchgeführt.

Über alle Jahrgangsstufen hinweg wird die Ausdauerfähigkeit entwickelt und verbessert (Biggeseerunde).

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufen 5 und 6

1. Wir laufen, springen und werfen (3; D/E)
2. Wir erlernen die Spielfähigkeiten in verschiedenen Sportarten durch Ballkoordinationsschulung in vielfältigen Spielsituationen und unter Nutzung vielfältiger Spielräume (2/10; A/C)
3. Wir erlernen, üben und präsentieren turnerische Elemente (5,6; A/B/C)
4. Wir bleiben gesund und werden fit (10;A/F)
5. Wir lernen in Zweikampfsituationen und vergleichen unsere Kräfte (9;E/C)
6. Wir drücken uns körperlich zur Musik aus (6;B/F)
7. Wir entwickeln Schwimmfähigkeit und bewegen uns sicher im Wasser (4;A/C)
8. Wir erwerben das deutsche Schwimmbzeichen in Bronze (4;A/D)

Alternativangebot während der Klassenfahrt der 5er: Abenteuer erleben und Natur entdecken

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufen 7

Im Mittelpunkt dieser Jahrgangsstufe steht ein groß angelegtes Projekt Rudern

1. Wir erwerben Wissen über den Umgang mit dem Rudermaterial und setzen dies im Team um (8,10;E)
2. Wir erfahren und erleben eine neue Bewegungstechnik in der Natur (8;A/C/F)
3. Wir kooperieren im Doppelvierer und messen uns im Wettkampf (8;E)
4. Wir entwickeln und verbessern unsere konditionellen Fertigkeiten (speziell Ausdauerfähigkeit) in Hinblick auf das Rudern (1,3;D,F)
5. Wir vertiefen unsere Spielfähigkeiten in ausgewählten Sportarten (7;A,E)

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufen 8 und 9

1. Wir verbessern unsere Fitness und lernen Verfahren und Möglichkeiten der Kräftigung, des Dehnens und Entspannens sowie des Aufwärmens kennen (1,10;A/F)
2. Wir verbessern und vergleichen unsere relative und individuelle Leistungsfähigkeit am Beispiel des Kugelstoßens und Hochsprungs (3,10;D/F)
3. Wir erweitern und vertiefen unser Wissen über das Regelwerk in den großen Sportarten (7,10;E)
4. Wir entwickeln unser eigenes alternatives Klassenspiel und formulieren unser eigenes Regelwerk (2,7,10;A/E)

5. Wir gestalten und präsentieren in Kleingruppen Choreografien zur Musik (6;B/E)
6. Wir entwickeln an den klassischen Turngeräten voraussetzungsorientierte Pflicht- und Kürprogramme (5,10;A/B/C/D)
7. Wir setzen uns mit Formen des regelgeleiteten Kämpfens auseinander (9,10;C/E)
8. Wir bereiten uns mit Skigymnastik auf die Skischulfahrt Gerlosstein vor (1,8,10;A/D/F)

Exkursion der Jahrgangsstufe 8 in die Skihalle als Vorbereitung auf Gerlosstein.

Skischulfahrt nach Gerlosstein in der Jahrgangsstufe 9.

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 10

Perspektive A:

Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrung erweitern

- Entwicklungsförderung von ganzheitlichem Sehen und Bewegungsantizipation zur Verbesserung der allgemeinen Spielfähigkeit z.B. im Badminton
- Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Perspektive B:

Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten

- Gestaltung einer Choreographie unter der Berücksichtigung selbständig erarbeiteten Moves im Rahmen einer Freiarbeit
- Tanz – Gestalten, Tanzen, Darstellen

Perspektive C:

Etwas wagen und verantworten

- Entdecken, erfahren und erweitern ungewöhnlicher Bewegungserlebnisse – Springen, fliegen, landen
- Bewegen, schwingen an Geräten wie z.B. Minitrampolin, Ringen

Perspektive D:

Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen

- Einführung, Weiterführung und Festigung leichtathletischer Grundformen und Fertigkeiten
- Lauf, Sprung, Wurf (bis hin zu 400m, Dreisprung, Speerwurf)

Perspektive E:

Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen

- Erweiterung der technisch-taktischen Spielfähigkeit in den großen Sportspielen

- Regelkunde, Einsatz als Schiedsrichter

Perspektive F:

Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln

- Entwicklung und Erprobung eines Fitnessparcours unter Berücksichtigung aller konditioneller Elemente
- „Laufen ohne zu schnaufen“ unter Einbeziehung verschiedener Belastungssituationen und Belastungsformen

In Absprache mit dem jeweiligen Kurs können die Inhalte (z.B. Sportspiele) abgeändert werden, wenn die Ziele und Ausrichtung der UR inklusive der sportlichen Perspektive erhalten bleiben.

Kursprofile in der Oberstufe

Kursprofil 1

<i>Profilbildende pädagogische Perspektiven</i>	<i>Bewegungsfelder + Sportbereiche</i>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen ➤ Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Spielen in und mit Regelstrukturen ➤ Bewegen an Geräten – Turnerische Elemente

Mögliche Unterrichtsvorhaben

- Verbesserung der Handlungsschnelligkeit in Spielformen der Sportspiele Fußball + Basketball

Kursprofil 2

<i>Profilbildende pädagogische Perspektiven</i>	<i>Bewegungsfelder + Sportbereiche</i>
<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln ➤ Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Spielen in und mit Regelstrukturen ➤ Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Mögliche Unterrichtsvorhaben

- Fitness und Gesundheit / Outdoor-Sport (Rad,Rudern,Inliner,Skisport) / Sportspiele

Kursprofil 3

<i>Profilbildende pädagogische Perspektiven</i>	<i>Bewegungsfelder + Sportbereiche</i>
<ul style="list-style-type: none">➤ Kooperieren, wettkämpfen und sich verständigen➤ Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen	<ul style="list-style-type: none">➤ Spielen in und mit Regelstrukturen➤ Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Mögliche Unterrichtsvorhaben

- Die traditionellen Disziplinen bis hin zum selbstentwickelten, alternativen und kriteriumsbezogenen Mehrkampf
- Von selbstgefundenen Sportspielen zu Spielen aus anderen Kulturkreisen – American Sports (Ein Vergleich)

Kursprofil 4

<i>Profilbildende pädagogische Perspektiven</i>	<i>Bewegungsfelder + Sportbereiche</i>
<ul style="list-style-type: none">➤ Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen➤ Bewegungserfahrungen erweitern und gestalten	<ul style="list-style-type: none">➤ Kleine Auswahl der Sportspiele➤ Rollen, Gleiten, Fahren (Rudern, Skifahren)➤ Tänzerische Elemente

Mögliche Unterrichtsvorhaben

- Unterrichtsblöcke in den Bereichen: Rudern, Skifahren, Badminton, Volleyball

Rüdiger Mitschy