

# SPORTARTENVERTEILUNGSPLAN mit inhaltlichen Schwerpunkten Sek. I

Stand: 06.03.2017

Kompetenzzuordnung: siehe hausinternes Curriculum

Erfahrungs- und Lernfelder	Klasse 5	Klasse 6	Klasse 7	Klasse 8	Klasse 9	Klasse 10	Klasse 11	
<p><b>A</b></p> <p><i>Tauchen, Schwimmen, Wasserspringen</i></p> <p><i>Turnen und Bewegungskünste</i></p> <p><i>gymnastische, rhythmische und tänzerische Bewegungsgestaltung</i></p> <p><i>Laufen, Springen, Werfen</i></p> <p><i>Auf Rädern und Rollen</i></p> <p><i>Kämpfen</i></p>	<p><b>Leichtathletik I</b></p> <p>* spielerische LA: - Springen: Weitspr. - Laufen:   Sprint: 50m   Ausdauer: 30 Min. - Werfen: Schlagball</p>	<p><b>Schwimmen I</b></p> <p>* Ziel: Goldabzeichen (Note 1 bzw. 2): - Einführung in die Techniken Rücken, Brust und Kraul - Zeit: 50m Brust - Ausdauer (600m) - Streckentauchen - Tiefsauchen - Springen (3m - nur im Freibad möglich!) - Ziehen u. Schieben * evtl. Silberabzeichen (Note 3 bzw. 4)</p>	<p><b>Leichtathletik II</b></p> <p>* Springen: Hoch- und Weitsprung * Laufen: - Sprint: 50m u./o. 75m - Mittelstrecke: 800m/1000m * Drehwurf: Technik (Schleuderball)</p>	<p><b>Schwimmen II</b></p> <p>* Vertiefung der Techniken Rücken, Brust und Kraul * Wettkampfformen (Zeit, Start, Wende): 50m Rücken, Brust und Kraul * Ausdauer (1000m) * Weiterführung Tauchen und Springen * Koordination: - Ringtransport - Wasserballkraul - Kopfweitsprung</p>	<p><b>Leichtathletik III</b></p> <p>* Einführung Kugelstoßen * Sprint: 75m * Mittelstrecke (800m/1000m) oder Coopertest * Springen: Hoch- und Weitsprung</p>	<p><b>Gymnastik/Tanz II</b></p> <p>* Wiederholung Rope Skipping * Einführung Ball und Reifen ; evtl. auch Band u./o. Keulen * Kreativer Tanz (als Gruppenarbeit)</p>	<p><b>Wiederholung und Auffrischung von mindestens einer Individualsportart (Auswahl trifft der Sportlehrer mit der Klasse)</b></p>	
	<p><b>Turnen I</b></p> <p>* helfen und vertrauen * Abenteuerturnen * Schwebebalken: Balancieren, Springen, Drehungen * Boden: Rolle vw. + rw. * Sprung: - Bock: Grätsche - Kasten quer: Hockwende + Aufhocken (Abgang: Streckespr.) * Mini-Trampolin: - allg. Sprungentwickl.; Streckesprung</p>	<p><b>Gymnastik/Tanz I</b></p> <p>* Rope Skipping: - Einführung von Easy Jump und mind. 4 weiteren Sprüngen * kreativer Tanz (GA: 4 SuS/Gruppe)</p>	<p><b>Turnen II</b></p> <p>* Bodenturnen : Kür: - Rad oder Radwende - Handstand+Abroll. - Sprünge am Boden * Schwingen (Ringe oder Trapez) * Stützen (Barren und/oder Reck) * Mini-Trampolin: - Hocksprung - Schraubensprung - Winkelsprung * Schwebebalken: Kür</p>		<p><b>Turnen III</b></p> <p>* Vertiefung Reck u./o. Barren u./o. Balken) * Sprung (Pferd oder Kasten o.ä. längs): - Hocke * Akrobatik (in PA u./o. GA) * Mini-Trampolin: - Flugrolle - Salto vorw.</p>			
		<p><b>Kämpfen</b></p> <p>* Fairness: Kl. Spiele zum "Ringeln/Raufen" * Projekt "Selbstverteidigung" (in Sportunterricht + KLS)</p>	<p><b>Inlineskating</b></p> <p>* Bremsen und Fallen * sicheres Fahren (vw. und rw.) * Entwickeln eines Parcours</p>		<p><b>Parcour</b></p> <p>* Stützen * Springen * Entwicklung an Stationen * Wandlauf</p>	<p><b>Fitness</b></p> <p>* Zirkeltraining * Stepaerobic * Run and Bike</p>		<p><b>Kämpfen</b></p> <p>* Fairness * Kleine Spiele * Bodenkampf * Ringen und Raufen * Fallschule</p>

<b>Erfahrungs- und Lernfelder</b>	<b>Klasse 5</b>	<b>Klasse 6</b>	<b>Klasse 7</b>	<b>Klasse 8</b>	<b>Klasse 9</b>	<b>Klasse 10</b>	<b>Klasse 11</b>
<b>B</b>	<b>Basketball I / Endzonenspiel I</b> * Dribbeln * Druckpass * Bodenpass * erste Spielformen (z.B. Turmball ...)	<b>Handball I</b> * Passen * Dribbeln * Schlagwurf * erste Spielformen	<b>Basketball II</b> * Wiederhol. BaBa I * Positionswurf * Korbleger * Taktik (Give-and-Go; Positionen ; Fast Break) * Regelkenntnisse	<b>Handball II</b> * Wiederhol. HaBa I * Sprungwurf * Taktik (Angriff und Verteidigung am Kreis) * Regelkenntnisse	<b>Badminton I</b> * Griffhaltung * Hoher Aufschlag * Überkopfclear * Unterhandclear * Netzdrops * Smash * Taktik (Einz./Dopp.) * Regelkenntnisse	<b>Volleyball III</b> * Vertiefung Pritschen * Vertiefung Baggern * Angabe (von unten) * Taktik (Positionen) * Spielfähigkeit * Regelkenntnisse	<b>Endzonenspiel II</b> * Flagfootball * Ultimate
	<b>Fußball I / Endzonenspiel I</b> * Dribbeln * Innenseitpass * Innenseitstoß (Torschuss) * erste Spielformen (z.B. Spielen auf vier Tore ...)	<b>Volleyball I</b> * Vorbereitung der Spielidee, z.B. Ball über die Schnur * Pritschen mit versch. "Bällen" (Luftballons, Softbälle etc.) * Indica (als EZ-Spiel u./o. über die Schnur)	<b>Fußball II</b> * Wiederhol. FuBa I * Taktik in komplex. Spielsituationen * Vollspannstoß * Dribbeln mit dem Außenspann * Regelkenntnisse	<b>Volleyball II</b> mit dem Softball !!! * Einführ. Pritschen * Einführ. Baggern * Angabe (von unten) * kleine Spiele in kleinen Gruppen	<b>Hockey II</b> * Unihockey/Floorball * VH-/RH-Schiebep. * VH-/RH-Annahme (mit Holzschlägern) * kl. Spiele mit Bande * Torschuss * Regelkenntnisse * evtl. Inlinehockey	<b>Tennis</b> * Auge-Hand-Koordination mit dem Speckbrett * Low-T-Ball * Tennis-Squash	<b>Badminton II</b> * Wiederholung und Vertiefung der Inhalte von Badminton I (Kl. 9)
	<b>Hockey I</b> * Kleine Spiele (z.B. Schuhhockey) * VH-Schiebepass * Ballannahme und -stoppen					<b>Tischtennis</b> * Schlägerhaltung * Grundschnitte: VH-/RH-Konter * Aufschlag VH/RH (Konter, Unterschn.) * Ball mit Unterschnitt * Regelkenntnisse	<b>Kleine Spiele</b> * Organisation eines Spiels für die Klasse (in PA oder GA): - schriftl. Ausarbeit. - Durchführung - Reflexion
<b>Turniere</b>	BuJuSp LA (Sommer)	BuJuSp Schwi (Juni)	Nikolausturnier (BaBa)	BuJuSp Schwi (Juni)	Badminton (Januar)	Beachvolleyball (Juni)	

Weiterhin steht die Kompetenzorientierung im Vordergrund, doch sollen diese inhaltlichen Anhaltspunkte die Zusammenarbeit der Kolleginnen und Kollegen vereinfachen und die schulinternen Teilsportfeste vorbereiten.