



Friedrich-Ebert-Schule

Kooperative Gesamtschule mit gymnasialer Oberstufe

Fachcurriculum Sekundarstufe I - Gymnasium

Sport - Sekundarstufe I

von der Fachkonferenz Sport beschlossen am 16.11.2016

Erstellt von:

Fachschaft Sport (Friedrich-Ebert-Schule Pfungstadt)

- Martin Kunkel
- Daniel Reitz
- Alexander Staab
- Stefanie Mahr
- Franziska Menzler



Inhaltsverzeichnis

1	Fachbezogene Kompetenzen im Fach Sport	02
2	Unterrichtspraktischer Teil – Sekundarstufe I	03
2.1	Jahrgangsstufe 5	03
2.1.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	03
2.1.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	05
2.2	Jahrgangsstufe 6	07
2.2.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	07
2.2.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	08
2.3	Jahrgangsstufe 7	11
2.3.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	11
2.3.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	12
2.4	Jahrgangsstufe 8	14
2.4.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	14
2.4.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	15
2.5	Jahrgangsstufe 9	18
2.5.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	18
2.5.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	19
2.6	Jahrgangsstufe 10	21
2.6.1	Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen	21
2.6.2	Inhaltsfelder und Kompetenzraster	22
3	Überblick über die Inhaltsfelder 5-10	28
4	Durchführung der Bundesjugendspiele	31

1 Fachbezogene Kompetenzen im Fach Sport

Grundlage bilden die Kerncurricula und die dort formulierten, fachbezogenen Kompetenzen.

Lernende erwerben **Bewegungskompetenz**, um sich durch Bewegung, Spiel und Sport die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur zu erschließen. Die primären Bildungspotenziale liegen im Prozess der körperlichen Bewegung. Bei der Entwicklung von Bewegungskompetenz sind die Aspekte „Sich-Spielerisch-Erproben“, das „Genießen der Bewegung“ und das „Miteinander auch im Gegeneinander“ von besonderer Bedeutung. Spielen ist ein zentrales Handlungsfeld im Sport. Die Lernenden wenden beim Spielen nicht nur grundlegende Techniken an, sondern entwickeln und reflektieren darüber hinaus auch Problemlösungsstrategien.

Spiele können somit als unernstes, nicht beliebiges Leistungshandeln auch Mittel zur Wettkampfgestaltung sein. Der Prozess des „Genießens der Bewegung“ ermöglicht zwischenmenschliche Begegnungen wie in kaum einem anderen gesellschaftlichen Feld.

Schließlich ist im Sport das „Miteinander auch im Gegeneinander“ konstitutives Merkmal des Bewegungshandelns. Das eigene Handeln muss mit dem Handeln anderer koordiniert werden, das Gegeneinander im Wettkampf wird durch spezifische Normen geregelt („Fairness“).

Urteils- und Entscheidungskompetenz befähigt Lernende dazu, selbstbestimmt zu handeln, die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur begründet zu beurteilen und sich kritisch damit auseinanderzusetzen. Im Rahmen des Sporttreibens rücken Fragen der gesunden Lebensführung und sinnvollen Freizeitgestaltung, der ästhetisch-gestalterischen Auseinandersetzung mit der Wirklichkeit, des kritischen Umgangs mit den Medien und der umweltbewussten Lebensführung im Rahmen des Sporttreibens in den Mittelpunkt. Urteilskompetenz setzt Kenntnisse über Kriterien und Gütemaßstäbe voraus, um Bewegungsausführungen und Leistungen angemessen und nachvollziehbar beurteilen zu können. Verantwortliches Handeln zeigt sich in einer wertbewussten Haltung und in einem angemessenen Umgang mit Ressourcen und Bewegungsräumen. Bewegung, Spiel und Sport erfordern Wissen um die Zusammenhänge zwischen Mensch und Natur. Darüber hinaus ist Urteils- und Entscheidungskompetenz notwendig, um richtig zu trainieren und in körperlichen Auseinandersetzungen angemessen handeln zu können.

Teamkompetenz ermöglicht den Lernenden, sich konstruktiv in Gruppenprozesse einzubringen und einbinden zu lassen, mit Leistungs-, Geschlechts- und ethnischen Unterschieden umzugehen sowie mit körperlichen Mitteln fair zu konkurrieren und zu kooperieren. Dabei spielen Toleranz gegenüber fremden Körper- und Bewegungskulturen, Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien und Ausbildung fairen Verhaltens eine besondere Rolle. Lernende können so aktiv an der Bewegungs- und Sportkultur teilhaben und sie konstruktiv (mit)gestalten.

Mit Bewegungskompetenz (Erziehung zum Sport), Urteils- und Entscheidungskompetenz sowie Teamkompetenz (Erziehung durch Sport) sind die zentralen Aspekte des Sportunterrichts beschrieben. Der Sportunterricht wird diesem Doppelauftrag nur gerecht, wenn er auf eine integrative Vermittlung der drei Kompetenzbereiche abzielt.

2 Unterrichtspraktischer Teil – Sekundarstufe I

In den einzelnen Jahrgänge sollen Schwerpunkte gesetzt werden. Diese Schwerpunkte sollen sich möglichst nach diesem Schulcurriculum richten. Dennoch sind die Möglichkeiten einzelner Sporthallen der Friedrich-Ebert-Schule (z.B. Sport- und Kulturhalle, Sport- und Gymnastikhalle) sehr begrenzt. Deshalb sind Abweichungen vom Schulcurriculum möglich und die im Unterricht umgesetzten Inhalte müssen den Möglichkeiten der jeweiligen Sporthalle angepasst werden.

2.1 Jahrgangsstufe 5

2.1.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 5:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Reflexionsmöglichkeiten des Lernprozesses (eigene Stärken erkennen und benennen, Selbstwahrnehmung usw.) nutzen.
 - ... Arbeitsergebnisse (z.B. aus Stationenarbeit und Übungsphasen) praktisch in einer Gruppe und vor der Klasse präsentieren.
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... mit ihren Mitschülern in Partner- und Gruppenarbeit zielgerichtet und kooperativ arbeiten und gemeinsam präsentieren.
 - ... sich gegenseitig helfen.
 - ... wertschätzendes Verhalten Mitschülern/innen entgegenbringen.
 - ... aktiv Zuhören/Aussprechen lassen und in ihren Antworten aufeinander Bezug nehmen.
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Aufgabenstellungen und deren Operatoren verstehen
 - ... grundlegende Reflexionen über den eigenen Lernprozess durchführen.
 - ...sportliche Fragestellungen (z.B.: zu Lösungsmöglichkeiten für motorische Aufgaben) selbst entwickeln.

- ... ein Lerntagebuch über kurze Unterrichtssequenzen (z.B.: Ergebniskarten von Zirkeltraining) führen.
 - ... alleine, mit Partnern und in Gruppen aufgabenbezogen konzentriert arbeiten (Flüsterton).
- **Sprachkompetenz** – Die SuS können...
 - ... die eigene Meinung formulieren und unter Verwendung von Fachbegriffen vertreten/präsentieren.
 - ... Aussagen in ganzen Sätzen formulieren.

2.1.2 Konkretisierte Inhaltsfelder

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 5	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Laufen, Springen, Werfen 20 US	Bewegungsaufgaben gemeinsam lösen und vielfältige Bewegungserfahrungen beim L.,S.,W. sammeln	Ausdauerndes Laufen: z.B. 10-15 min gleichmäßig laufen, Körperwahrnehmung vor, während und nach der Belastung schulen (z.B. steigender Puls)* schnelles Laufen: Fang- und Laufspiele (Beschleunigung, versch. Laufstile), Start- und Reaktionsübungen Lauf ABC, Übungen mit der Koordinationsleiter Springen: Vielfältiges Springen, (z.B. Sprunggarten: Auf-, hochspringen, ein- und beidbeiniges Springen), individuelle Sprungmöglichkeiten entdecken Werfen: Vielfältiges Werfen, z.B. Zielwerfen, versch. Materialien (Flugeigenschaften erproben), Technik: Schlagwurf aus dem Stand	Soziale Interaktion (z.B.: Staffelläufe) Leisten (z.B.: normierte Tests 12-Minutenlauf, Wertetabellen der Leichtathletik) Gesundheit (z.B. Bedeutung des Ausdauersports für die Gesundheit) Körperwahrnehmung (z.B.: Reaktionen des Körpers auf sportliche Belastung)	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.
Bewegen an und mit Geräten 16 US	Sich vielfältig bewegen, durch turnerische Elemente die Bewegungserfahrung erweitern	Bodenturnen: Balancieren / Stützen und Drehen / Rollen, (z.B. auch Schwebebalken, umgedrehte Langbänke, stabile und bewegliche Untergründe erfahren) Rollen um die Körperlängs- und Körperbreitenachse Einführung Akrobatik: Partner und/oder Gruppenübungen, Sicherheitsaspekte thematisieren, Regeln erarbeiten	Soziale Interaktion (z.B. gegenseitiges Helfen und Sichern) Körperwahrnehmung (z.B. Spannungsübungen sowie Vertrauensübungen als Mittel der Wahrnehmung von Spannungszuständen) Ausdruck (z.B. Gestalten einer Präsentation für ein Publikum,	

			Wirkung von Gestik und Mimik als gestalterische Mittel) Wagnis (z.B. Einnehmen von neuen Körperpositionen)	
Spielen 16 US	Vom sportspiel- übergreifenden zum sportspielge- richteten Lernen	Kleine Spiele , Ballschule (z.B. Ballkoordination, Flip-Flop) Einführung erstes großes Spiel: Grundlegende Ballfertigkeiten schon im Zusammen- hang mit mind. einer Schwerpunktsportart schulen (Handball - Kooperation Schule und Verein! oder Basketball)	Soziale Interaktion (z.B. Ge- meinsam im Team zum [Punkt-] Erfolg kommen, miteinander spielen) Leisten (z.B. durch gemeinsames Handeln einen Tor-, oder Korb- erfolg erzielen, das Spiel ge- meinsam gewinnen)	
Den Körper trainieren, die Fitness verbessern 8 US Oder Schwimmen (siehe un- ten)	Erproben und Durchführen von Zirkeltraining als allgemeines Fit- nesstraining (mit dem Schwerpunkt Kraftausdauer)	Zirkeltraining: Kennenlernen der Organisationsform, Schwerpunkt Kraftausdauer und allgemeine Kräfti- gung. Wichtig: Diese US müssen nicht in einer isolierten Unterrichtseinheit vermittelt werden. Diese können auch in andere Inhaltsfelder integriert werden (z.B.: als Vorbereitung für Akrobatik oder Turnen) -> Bezug zum Projekt: "Rückgrat beweisen"	Soziale Interaktion (z.B. in klei- nen Gruppen gemeinsam Bewe- gungsaufgaben erfüllen, sich gegenseitig anfeuern und un- terstützen) Körperwahrnehmung (z.B. Reaktionen des Körpers auf sportliche Kraftausdauerbelas- tung) Leisten (z.B. Die Zeit- oder Wie- derholungsvorgaben erfüllen, sich in verschiedenen Runden verbessern) Gesundheit (z.B. Prophylaxe von muskulären Dysbalancen)	



Bewegen im Wasser 8-10 US	Erlernen und variieren von Grundelementen des Schwimmens	Verschiedene Schwimmtechniken erlernen oder verbessern und ausdauernd schwimmen: -Brustschwimmen -Kraulschwimmen -Rettungsschwimmen -Wasserspiele	Soziale Interaktion (z.B. Partnerübungen im Rettungsschwimmen) Körperwahrnehmung (z.B.: Widerstand, Gleiten und Wasserdruck) Wagnis (z.B. Tauchen und Springen) Leistung (z.B. Bewertung Schwimmzeiten und Bewegungsmerkmalen anhand von normierten Bewertungstabellen und Bewegungsmerkmalen) Gesundheit (z.B. Wirkung von Ausdauertraining)	
---	--	--	--	--

2.2 Jahrgangsstufe 6

2.2.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 6:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Reflexionsmöglichkeiten des Lernprozesses (eigene Stärken erkennen und benennen, Selbstwahrnehmung usw.) nutzen.
 - ... Arbeitsergebnisse (z.B. aus Stationenarbeit und Übungsphasen) praktisch in einer Gruppe und vor der Klasse präsentieren.
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... mit ihren Mitschülern in Partner- und Gruppenarbeit zielgerichtet und kooperativ arbeiten und gemeinsam präsentieren.
 - ... sich gegenseitig helfen.
 - ... wertschätzendes Verhalten Mitschülern/innen entgegenbringen.
 - ... aktiv Zuhören/Aussprechen lassen und in ihren Antworten aufeinander Bezug nehmen.
 - ... Regeln respektieren und produktiv zusammenarbeiten
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Aufgabenstellungen verstehen und umsetzen
 - ... ihren Lernprozess reflektieren (z.B. mithilfe eines Lerntagebuches)
 - ... eine Choreografie selbst entwickeln
- **Sprachkompetenz** – Die SuS können...
 - ... die eigene Meinung formulieren und unter Verwendung von Fachbegriffen vertreten/präsentieren.
 - ... Aussagen in ganzen Sätzen formulieren.
 - ... in Gruppen/ Partnerarbeitsphasen konstruktiv an Gesprächen/ Überlegungen teilnehmen

2.2.2 Konkretisierte Inhaltsfelder

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 6	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Laufen, Springen, Werfen 16 US	Die Bewegungserfahrungen beim Laufen, Springen und Werfen durch wechseln- de Sinnbezüge erweitern	Ausdauerndes Laufen: z.B. 15-20 min gleichmäßig laufen, Gruppenläufe Interaktion starker und schwacher Schüler zur Schulung der Sozialkompetenz. schnelles Laufen: Kontrastaufgaben zum Sprinten – selbstständiges erarbeiten der optimalen Sprintposition (z.B. extremer Kniehub, Oberkörpervorlage), Bewegungsablauf des Tiefstarts lernen und Einstellen des Startblocks Springen: Aufgabe: In die Weite springen, Problemlösender Ansatz zur Anlauf-, Absprung- und der Lande- position, Bewegungsbeschreibungen zum Schritt- weitsprung erarbeiten. Werfen: Methodische Reihe zum Erlernen des Schlagwurf aus dem Anlauf.	Leisten: (z.B. eigene Möglichkeiten und Grenzen sowie individuelle Leistungsentwicklung erfahren) Soziale Interaktion: (z.B. Leistungsunterschiede akzeptieren und Bereitschaft zur Rücksichtnahme und Kooperation stärkerer und schwächerer SuS bei Gruppenläufen) Gesundheit: z.B. die Bedeutung des Ausdauersports für die Gesundheit kennenlernen	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.
Bewegen an und mit Geräten 12 US	Turnerische Fertigkeiten erwerben und gestaltend anwenden	Bodenturnen: Handstand abrollen: Schwerpunkt Sich gegenseitig Helfen und Sichern, Rad Springen: Sprunghocke über einen Hüfthohen Kasten (quer) und Grätschsprung über den Bock. Miteinander turnen: Inhalte aus Bodenturnen Kl. 5 und Sprünge über den Kasten/Bock in einer Partnerchoreographie gestalten (Verbindung von 4 versch. turnerischen Elementen, möglichst synchron gestal-	Soziale Interaktion: z.B.: Kooperation mit einem Partner oder in Kleingruppen – Erarbeitung einer Choreographie Kooperation durch Sicherheits- und Hilfestellung	



		ten oder Anwendung durch eine gemeinsame Präsentation in Le Parkour)	Körperwahrnehmung: z.B.: Bewusstes Wahrnehmen des eigenen Körpers in unterschiedliche Raumebenen (Rollen/Fliegen/Drehen) Ausdruck: z.B. : Präsentation einer Gruppenchoreographie Gestaltungskriterien müssen umgesetzt werden Wagnis: z.B.: durch wagnisreiche Bewegungsherausforderungen bei Sprüngen	
Bewegungen gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten 12 US	Tanzen lernen / Tänze erlernen	Ballkorobics: Kombinieren einfacher Aerobikschritte mit Ballbewegungen auf Musik. Rhythmusschulung – Problemorientiert : Möglichkeiten für synchrones Dribbeln in der Gruppe erarbeiten (Worauf kommt es an?) Gruppeneinteilung per Los (max. 5 Schüler) - Regeln erstellen für eine gelungene Gruppenarbeit. Gestalten einer Gruppenchoreographie - Schritte, Armbewegungen mit Ball, Ballübergabe in der Gruppe, Raumwege (synchron und im Takt der Musik) <u>Alternativ:</u> Tanzen (Bewegung zur Musik)	Ausdruck: z.B. : Präsentation einer Gruppenchoreographie Gestaltungskriterien müssen umgesetzt werden Körperwahrnehmung: Durch rhythmische und tänzerische Elemente kann Bewegung als schön und gelungen erlebt werden und der Körper wird als Ausdrucksmittel erfahrbar gemacht	



			Soziale Interaktion: zB. durch Gestaltung einer Gruppenchoreographie Aushandeln, Absprachen und Rücksichtnahme in der Gruppenarbeit	
Spiele 12 US	Erstes Zielschuss-spiel: Kleinfeld-Spiele als Grund-spiel auf dem Weg zum Wett-spiel	Fußball: Spielgemäßes Konzept – Über das Spiel zur Techniks Schulung: Ballführung/Kontrolle, Torschuss, Passen (Dribbelpacours, Zielschießen, Nummernpassen), Regelkunde (Turnier)	Soziale Interaktion: z.B.: Fairness und Toleranz auch in Konkurrenzsituationen wird geübt Kooperation innerhalb der Mannschaft Leisten: Aneignung individueller Ballfähigkeiten	
Mit/gegen Partner kämpfen 12 US	Kräfte messen: schieben, ziehen, widerstehen, ausweichen / Vom unkontrollierten Stürzen zum sicheren Fallen	Kooperation Schule Verein: Eigne und fremde Kräfte gezielt wahrnehmen, kontrolliert einsetzen, lernen die eigenen Bewegungen zu koordinieren	Soziale Interaktion: z.B.: durch Regelverständnis und Akzeptanz der verbindlichen Regeln im partnerschaftlichen Kampf Fairness und der Umgang mit Niederlagen (Emotionen) kann gelernt werden	
<u>fakultativ:</u> Rückschlag-spiele 6 US	Vom kooperativen zum konkurrierenden Spiel	<u>Fakultativ:</u> Miteinander Tischtennis spielen, Regelkunde Techniks Schulung - Linienprellen, Grundstellung an der Platte, Schlägerhaltung, Beintechnik	Leisten: z.B.: durch individuelle Leistungsentwicklung beim TT Soziale Interaktion: im Miteinander werden Formen des kontrollierten Zuspiels eingeübt	

2.3 Jahrgangsstufe 7

2.3.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 7:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Reflexionsmöglichkeiten des Lernprozesses (eigene Stärken erkennen und benennen, Selbstwahrnehmung) nutzen.
 - ... einfache trainingswissenschaftliche Fragestellungen in Gruppenarbeit vor der Klasse präsentieren.
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... mit ihren Mitschülern/innen in Partner- und Gruppenarbeit zielgerichtet und kooperativ arbeiten und gemeinsam präsentieren.
 - ... sich gegenseitig helfen.
 - ... wertschätzendes Verhalten Mitschülern/innen entgegenbringen.
 - ... aktiv zuhören /aussprechen lassen und in ihren Antworten aufeinander Bezug nehmen.
 - ... Verantwortung für den Arbeitsprozess übernehmen (verteilen und erfüllen von Aufgaben im Rahmen einer Gruppenaufgabe).
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Aufgabenstellungen und deren Operatoren verstehen.
 - ... grundlegende Reflexionen über den eigenen Lernprozess und den des Arbeitspartners durchführen (z.B. durch einfache Partnerbeobachtungen).
 - ... Choreographien selbst entwickeln.
 - ... ein Lerntagebuch (z.B. Lauftagebuch) über längere Unterrichtssequenzen führen.
 - ... alleine, mit Partnern und in Gruppen konzentriert arbeiten (Flüsterton).
- **Sprachkompetenz** – Die SuS können...
 - ... flüssig und laut lesen /vorlesen.
 - ... die eigene Meinung formulieren und unter Verwendung von Fachbegriffen vertreten / präsentieren.
 - ... Aussagen in ganzen Sätzen formulieren.
 - ... eigene Meinungen auch in Debatten (z.B.: Erarbeitung von Gruppenchoreographien) vertreten, darstellen und begründen.

2.3.2 Konkretisierte Inhaltsfelder

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 7	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Laufen, Springen, Werfen 20 UE	Die Leichtathletik-Leistung nicht absolut, sondern relativ sehen	Ausdauerndes Laufen: z.B. 25 Minuten ausdauernd laufen, Coopertest, Pulsmessung, Abschlusstest, theoretische Aufarbeitung Schnelles Laufen: z.B. Start, Sprint, Staffeln Springen: z.B. Hochsprung (mind. Schere) & Weitsprung Werfen: z.B. Zielwerfen, Ballweitwurf, Schleudern aus der einfachen Drehung	Gesundheit (z.B. Bedeutung des Ausdauersports für die Gesundheit) Körperwahrnehmung (z.B.: Reaktionen des Körpers bei unterschiedlicher Beanspruchung; Ruhepuls & Maximalpuls) Leisten (z.B. Cooper-Test, Sportabzeichen) Soziale Interaktion (z.B. Kooperation bei Staffelläufen)	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.
Bewegen an und mit Geräten 8 UE	Erproben und meistern von <i>als riskant empfundenen</i> Bewegungssituationen	Fliegen und Drehen / Klettern und Schwingen: z.B. Ringe, Kletter- & Sprossenwand, Seile, Hindernisparcours, Minitrampolin ¹ , großes Trampolin ²	Soziale Interaktion (z.B. gegenseitiges Helfen und Sichern) Wagnis (z.B. neue und damit unbekannte Bewegungen durchführen) Körperwahrnehmung (z.B. neue Bewegungen und ihre Auswirkungen auf den eigenen Körper reflektieren)	
Spielen	Kleine Spiele auf dem Weg zum	Hinführende kleine Spiele: z.B. Sautreiben, Matten-Handball, Wurf-Olympiade	Leisten (z.B. die Aufgabenstellungen und Technikvorgaben)	

¹ Trampolin-Schein!

² Trampolin-Schein!



14 UE	Großen Spiel „Handball“	Technikschulung: z.B. Tor-Wurf aus dem Stand und der Bewegung, Fangen und Passen, Dribbling „Grobform“ Vom modifizierten Spiel zum Sportspiel Handball: z.B. Regelwerk	erfüllen und sich schrittweise verbessern) Soziale Interaktion (z.B. durch gemeinsames Handeln das Spiel gemeinsam gewinnen)	
Bewegungen gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten 10 US	Bewegungskünste mit dem Seil	Seilsprung/ Rope Skipping: z.B. verschiedene Sprünge, Choreographien in Kleingruppen Großseile: z.B. Double Dutch, Springen im Gruppenrhythmus, vorgegebener Rhythmus nach Musik	Körperwahrnehmung (z.B. Arme und Beine koordiniert bewegen)	
Fahren, Rollen, Gleiten 14 US	Vorbereitung des Schulsikurses! Möglichkeit der Verbesserung koordinativer Fähigkeiten in ungewöhnlichen „Lagen“ durch Inline- Skating	Sicherheitsübungen: Fallen ohne und mit Skates Grundtechniken: Grundstellung, Fallen u. Aufstehen/Rollen und Gleiten(erste Erfahrungen)/Skating Schritt/Kurven fahren Sicherheitsregeln: Grundregeln für das gemeinsame Skaten auf begrenztem Raum festlegen und einhalten. FIS-Regeln besprechen und spielerisch auf das Inlinern übertragen	Leistung (z.B. notwendige Stärkung der koordinativen Fertigkeiten und der konditionellen Fähigkeiten, die beim Skifahren nötig sind) Körperwahrnehmung (z.B. die Grenzen der Rollenhaftung testen und den Körper aus der Balance bringen) Wagnis (z.B. das Fallen riskieren und damit die eigene Komfortzone erweitern) Soziale Interaktion (z.B. sich gegenseitig helfen und ermuntern, beim Anlegen der Protektoren helfen, beides in Hinblick auf den Schulsikurs)	

2.4 Jahrgangsstufe 8

2.4.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 8:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Stärken und Schwächen erkennen, selbstständig daran arbeiten und die gemachten Fortschritte benennen und so ihr Selbstkonzept stärken.
 - ... in Kleingruppen Verantwortung für selbstständige Lern- und Arbeitsprozesse übernehmen (z.B. Stationenlernen, Zirkeltraining, Entwicklung von Choreographien).
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... die besondere Bedeutung von Kooperation und Teamfähigkeit für erfolgreiches Agieren – z.B. in den Sportspielen oder beim Turnen – wahrnehmen und erklären.
 - ... die Bedeutung von Regeln in den Sportspielen erklären und selbstständig für deren Einhaltung eintreten.
 - ... mit ihren Mitschülern/innen kooperativ und zielorientiert Gruppenaufgaben bearbeiten, den Arbeitsprozess und dessen Ergebnis reflektieren sowie wichtige Maßnahmen für die Weiterarbeit treffen (z.B. „Was ist uns gut gelungen, was können wir verbessern?“).
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... in unterschiedlichen Anforderungssituationen Lösungswege sachgerecht planen, durchführen und deren Erfolg reflektieren.
 - ... grundlegende Reflexionen über den eigenen Lernprozess und den der Gruppe durchführen und sich dazu ein zielorientiertes Feedback geben (z.B.: Feedback zu Choreographien).
 - ... über mehrere Wochen ein Trainingstagebuch zu ihrem schulischen und außerschulischen Trainingseinheiten führen (z.B. Ausdauertraining oder Krafttraining).
- **Sprachkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Ergebnisse des Lernprozesses in eigenen Worten ausdrücken.
 - ... Aufgaben und Bewegungsbeschreibungen unter Verwendung von Fachsprache flüssig erklären (z.B. Stationsrundgang Krafttraining, Floptechnik, Korbleger).

2.4.2 Konkretisierte Inhaltsfelder

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 8	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Laufen, Springen, Werfen 20 US	a) Belastungen dosieren und einschätzen lernen (Erfahren konditioneller Beanspruchungen) b) Die Leistung im Leichtathletik-Mehrkampf verbessern	<u>Ausdauerndes Laufen</u> (im Hinblick auf den Sponsorenlauf): Zeitschätzläufe, Fahrtspiel, Geländelauf, Walking - Atem und Puls als Zeichen richtiger Beanspruchung erfahren und begreifen - Gefühl, „innerer Schweinehund“ überwinden - Erfahrung, Anforderungen bewältigen zu können (Stolz, Selbstwertgefühl) - Steigerung Fitness - Realistische Ziele setzen <u>Schnelles Laufen/Sprinten</u>: - Entwicklung der Sprintschnelligkeit <u>Springen</u>: - Weitsprung, Hochsprung (Floptechnik) <u>Werfen</u>: - Ballweitwurf (Technik verbessern) <u>Stoßen</u>: - Kugelstoßen (Technik erlernen)	Leisten (z.B. Cooper-Test, Sportabzeichen) Gesundheit (z.B. Bedeutung des Ausdauersports für die Gesundheit, Ruhepuls & Maximalpuls) Körperwahrnehmung (z.B.: Reaktionen des Körpers bei unterschiedlicher Beanspruchung) Soziale Interaktion (z.B. gegenseitige Bewegungsanalyse und Feedback)	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.

Spiele 14 US	Kleine Spiele auf dem Weg zum Großen Spiel „Basketball“	<u>Hinführende kleine Spiele</u>: z.B. Turmball <u>Technikschulung</u>: Fangen und Passen, Dribbling, Positionswurf, Korbleger (Grobform) Kriterien eines regelgerechten Abwehrverhaltens herausarbeiten: - Angriff stören, Ball erobern - Dribbeln stören, Ball erkämpfen - Passen stören, Ball erobern Vom modifizierten Spiel zum Sportspiel Basketball: z. B. Regelwerk	Leisten (z.B. individuelle Leistungsentwicklung in einer Technik / im Spiel, Leistungsentwicklung der eigenen Mannschaft) Soziale Interaktion (z.B. Festlegung, Einhaltung und Sanktion von Regeln, Zusammenspiel und Einbinden von <u>allen</u> SuS)	
Bewegung gymnastisch/rhythmisch und tänzerisch gestalten 10 US	Erlernen und Variieren von tänzerischen Grundelementen	Hip-Hop: - Ausgewählte Schritte erarbeiten (Double-Side-Step, Walks, Grapevine, V-Schritte) - Ausgewählte Techniken des Drehens (Pivot-Hop-Step, Hop-Turn) - Synchrones Bewegen der Gruppe/kanonartige Einsätze - Choreografische Gestaltungsmöglichkeiten (Zeit, Raum...)	Körperwahrnehmung (z.B. Arme und Beine synchron bewegen) Ausdruck (z.B. Bedeutung von Gestik, Mimik, Synchronität; Gestaltungsprinzipien)	
Den Körper trainieren, die Fitness steigern	Krafttraining- den „Body builden“ die Fitness steigern- alles erreichbar?	Richtige Trainingsdurchführung „Krafttraining“: - Krafttraining mit dem eigenen Körper (Übungsauswahl, welche Übung für welchen Muskel?) - Gerätetraining in der Sporthalle (Kurzhan-	Leistung (z.B. Fitnessstest, Leistungsentwicklung im Rahmen der Unterrichtsreihe, realistische Zielsetzung)	



8 US		teln, Fitnessbänder, Turngeräte umfunktionalisieren) - Zirkeltraining	Gesundheit (z.B. gesundheitliche Bedeutung des Krafttrainings) Körperwahrnehmung (z.B. kurzfristige und langfristige Anpassungen des Körpers beim Krafttraining)	
Spiele 12 US	Vom vereinfachten Spiel zum genormten Zielspiel „Badminton“	<u>Spielerische Situationsarrangements</u> : spielerisch-situative fähigkeits- und fertigungsorientierte Hinführung zum Badmintonspiel <u>Technikschulung</u> : z. B. Schlägerhaltung, Schläge (Clear, Drop, Smash)	Leistung (z.B. Eigene Leistung in Relation zu den anderen SuS – Kaiserturniere) Soziale Interaktion (z.B. Zusammenspiel im Doppel; „Badmintonschach“)	

2.5 Jahrgangsstufe 9

2.5.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 9:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Reflexionsmöglichkeiten des Lernprozesses (eigene Stärken erkennen und benennen, Selbstwahrnehmung) nutzen.
 - ... sportmotorische Ergebnisse in Gruppenarbeit vor der Klasse mithilfe von geeigneten Medien präsentieren.
 - ... Verantwortung für die Vorbereitung einer eigenen Präsentation übernehmen (vgl. Planung des Arbeitsprozesses).
 - ... Verantwortung für den Arbeitsprozess übernehmen (Verteilen und erfüllen von Aufgaben im Rahmen einer Präsentationsarbeit).
 - ... die Qualität einer eigenen Präsentation (Vorbereitungsphase und Präsentationsphase) einschätzen und beurteilen.
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... mit ihren Mitschülern in Partner- und Gruppenarbeit zielgerichtet und kooperativ arbeiten und gemeinsam präsentieren.
 - ... wertschätzendes Verhalten Mitschülern/innen entgegenbringen (vgl. Formulierung eines Feedbacks über die Präsentation).
 - ... aktiv Zuhören/Aussprechen lassen und in ihren Antworten aufeinander Bezug nehmen.
 - ... mit Mitschülern sich über die Vorbereitung einer Präsentation abstimmen und absprechen.
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Aufgabenstellungen und deren Operatoren verstehen.
 - ... grundlegende Reflexionen über den Lernprozess im Team und durchführen.
 - ... sportmotorische Ergebnisse selbst erarbeiten (vgl. Teamarbeit).
 - ... trainingswissenschaftliche Fragestellungen durch Literaturrecherche beantworten.
 - ... alleine, mit Partnern und in Gruppen konzentriert arbeiten (Flüsterton).

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 9	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Laufen, Springen, Werfen 24 US	a) Durch ausdauerndes Laufen die Fitness verbessern und die Gesundheit fördern b) Die Leistung im Leichtathletik – Mehrkampf verbessern	Leichtathletischer Dreikampf (ggf. Verteilung einzelner Inhalte auch auf die Klasse 10 möglich): Ausdauerndes Laufen: - Anwendungsformen z.B. Duathlon, Orientierungslauf Schnelles Laufen / Sprinten: - Entwicklung der Sprintschnelligkeit Springen: - Weitsprung (z.B. Hangweitsprung), - Hochsprung (z.B. Floptechnik) Werfen: - Ballweitwurf, - Speerwurf (Grundlagentechnik) Stoßen: - Kugelstoßen (Technik verbessern)	Leisten (z.B. in den verschiedenen Disziplinen die eigene Leistung verbessern) Soziale Interaktion (z.B. in der Gruppe einen Orientierungslauf planen und durchführen) Körperwahrnehmung (z.B. durch Kontrastaufgaben eine optimale Sprinttechnik erfahren Gesundheit (z.B. die Grundlagenausdauer verbessern)	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.
Bewegen an und mit Geräten 14 US 8 US	Selbständiges Entwerfen und Gestalten einer Akrobatikaußführung und Geräteparkours	Planen, erproben, gestalten und präsentieren akrobatischer Figuren in Kleingruppen: z.B. - Galionsfigur, Bank - Flieger, Schulterstand, Schulterhandstand - große Pyramiden Planen, erproben, gestalten und präsentieren eines Parkours: z.B.: Le Parkour, Free-Running	Soziale Interaktion (z.B. in Kleingruppen Figuren entwickeln) Ausdruck (z.B. bei der Strukturierung und Ausführung der Figuren)	



			Wagnis (z.B.: bei mit Höhe verbundene Figuren, wie dem Schulterstand)	
Spiele 14 - 16 US	Kleine Spiele auf dem Weg zum Großen Spiel „Volleyball“	Hinführende kleine Spiele: z.B. Ball über die Schnur, Jägerball, Partnerspiele etc. Technikschulung: - Pritschen, Baggern, Aufschlag von unten und fakultativ von oben - vom modifizierten Spiel (Volleyball-Tennis) zum Sportspiel Volleyball (Regelwerk!!)	Leisten (z.B. mit Diagnosebögen die eigene Leistung einschätzen und erweitern) Soziale Interaktion (z.B. Mit Partnerbeobachtungsbögen)	
8-10 US	<u>Fakultativ:</u> - Miteinander kämpfen (Kooperation Schule und Verein) - ein zweites großes Spiel			

2.6 Jahrgangsstufe 10

2.6.1 Beitrag zur Entwicklung der überfachlichen Kompetenzen

Aufbau als kumulative Struktur! In jeder Jahrgangsstufe werden altersgemäß überfachlichen und fachlichen Kompetenzen weiterentwickelt und vertieft.

Überfachliche Kompetenzschwerpunkte in der Jahrgangsstufe 10:

- **Personalkompetenz** – Die SuS können...
 - ... eigene Reflexionsmöglichkeiten des Lernprozesses (eigene Stärken erkennen und benennen, Selbstwahrnehmung) nutzen.
 - ... sportmotorische Ergebnisse in Gruppenarbeit vor der Klasse mithilfe von geeigneten Medien präsentieren.
 - ... Verantwortung für die Vorbereitung einer eigenen Präsentation übernehmen (vgl. Planung des Arbeitsprozesses).
 - ... Verantwortung für den Arbeitsprozess übernehmen (z.B. Übernahme der Leitung einzelner Stundenteile).
 - ... die Qualität einer eigenen Präsentation einschätzen und beurteilen (z.B.: Reflexion eigener Leistungen).
- **Sozialkompetenz** – Die SuS können...
 - ... mit ihren Mitschülern in Partner- und Gruppenarbeit zielgerichtet und kooperativ arbeiten.
 - ... wertschätzendes Verhalten Mitschülern/innen entgegenbringen (vgl. Formulierung eines Feedbacks)
 - ... aktiv Zuhören/Aussprechen lassen und in ihren Antworten aufeinander Bezug nehmen.
 - ... mit Mitschülern sich über die Vorbereitung einer Präsentation abstimmen und absprechen.
- **Lernkompetenz** – Die SuS können...
 - ... Aufgabenstellungen und deren Operatoren verstehen.
 - ... grundlegende Reflexionen über den Lernprozess im Team und durchführen.
 - ... sportmotorische Ergebnisse selbst verbessern (vgl. Teamarbeit).
 - ... trainingswissenschaftliche Fragestellungen durch Literaturrecherche beantworten.
 - ... alleine, mit Partnern und in Gruppen konzentriert arbeiten (Flüsterton).

Name der Inhaltsfelder/ Stunden	Verbindliche Unterrichtsvorhaben	Beitrag Klasse 10	Zuordnung zu den Leitideen	Bezüge zu den Fachkompetenzbereichen
Spiele 24 US	Wiederholung und Vertiefung mind. <u>zwei</u> großer Spiele	Badminton: • <u>Technikschulung:</u> Wiederholung Schlägerhaltung, Vertiefung Schläge (Clear, Drop, Smash) • <u>Regelschulung:</u> Regeln und Zählweise des Zielspiels, Schiedsrichterhandzeichen • <u>Entwicklung der Spielfähigkeit und taktischen Verhaltens:</u> im Einzel und Doppel. • <u>Bewegungsanalysen</u> Fußball: • <u>Technikschulung:</u> Dribbeln, Übersteiger, Körpertäuschung, Vollspannstoß, Innenseitenstoß, Ballannahme, Ballmitnahme, Freilaufen, Doppelpass, Kopfbälle, Volley, Schusstäuschung • <u>Regelschulung:</u> Einsatz der Schüler/innen als Schiedsrichter, Zählweise, Schiedsrichterhandzeichen • <u>Entwicklung der Spielfähigkeit und taktischen Verhaltens:</u> Spielaufbau, Angriffskombinationen, ballorientiertes Verschieben, Flügelspiel, Pressing und Absicherung, Konterspiel • <u>Bewegungsanalysen</u>	Leistung (z.B. Eigene Leistung in Relation zu den anderen SuS – Kaiserturniere) Soziale Interaktion (z.B. Zusammenspiel im Doppel; „Badmintonschach“)	Alle oben genannten Kompetenzbereiche können mit den Inhaltsfeldern verknüpft werden.



		Handball: • <u>Technikschulung:</u> z.B. Koordinative Fähigkeiten mit Ball verbessern, Tor-Wurf aus dem Stand und der Bewegung, Fangen und Passen, Dribbling, Passtäuschung, Sprungwurf, • <u>Regelschulung:</u> Grundlegende Regeln, Schüler als Schiedsrichter, Schiedsrichterhandzeichen, Zählweise • <u>Entwicklung der Spielfähigkeit:</u> Positionen/ Aufgaben innerhalb einer Mannschaft, Angriffskombinationen, Stoßen, Sperre/ Absetzen Basketball: • <u>Technikschulung:</u> Dribbeln, Korbleger, Positionswurf, Distanzwurf, Stoppen, Passen und Fangen, Fintieren • <u>Regelschulung:</u> Einsatz der Schüler/innen als Schiedsrichter, Zählweise, Schiedsrichterhandzeichen • <u>Entwicklung der Spielfähigkeit und taktischen Verhaltens:</u> im 3-3 und 5-5, Give and Go, direkter und indirekter Block, Abstreifen, Cut and Fill, Fastbreak, Positionsspiel mit zwei Centerspielern, zwei Flügelspielern und ei-		
--	--	--	--	--

		nem Aufbauspieler, Ball-Raum-Verteidigung und Mann-Mann-Verteidigung • <u>Bewegungsanalysen</u> Volleyball: • <u>Technikschulung:</u> Pritschen, Baggern, gezielter Aufschlag von oben und unten, Alternativtechniken (vgl. Beachvolleyball) • <u>Regelschulung:</u> Einsatz der Schüler/innen als Schiedsrichter, Zählweise • <u>Entwicklung der Spielfähigkeit und taktischen Verhaltens:</u> Vom modifizierten Spiel (3-3 und 4-4) zum Zielspiel (6-6), Aufstellungsformen, Rotationsverhalten, Taktiken: Einerblock, Doppelblock, Annahme im 5er-Riegel, Läufer I bei Dankeballsituationen und Annahmesituationen • <u>Bewegungsanalysen</u>		
Bewegen an und mit Geräten 12 US	Gemeinsames und verantwortungsbewusstes Handeln beim Turnen und in der Akrobatik	Boden-/Geräteturnen: (Boden, Reck, Barren, Bock, Kasten, Schwebebalken) - Rolle vw/rw, Flugrolle - Handstand - Standwaage - Rad/Radwende - Hüftaufschwung/Felgumschwung - Hocke über den Kasten - Schrittdrehung auf dem Balken	Soziale Interaktion (z.B. Hilfestellungen, Partnerfeedback) Ausdruck (z.B. Körperspannung, Mimik)	



		- Salto Minitrampolin³ - Handstützüberschlag am Kasten mit/ohne Trampolin⁴ Akrobatik: z. B. kleine Pyramiden	Wagnis (z.B. Handstützüberschlag, Salto usw. als Überwindung von Herausforderungen, Entwicklung von Mut zum Nein-Sagen) Leistung (z.B. Bewertung von Turnelementen anhand von normierten Bewegungsmerkmalen)	
Bewegen im Wasser 16 US	Erlernen und variieren von Grundelementen des Schwimmens	Verschiedene Schwimmtechniken erlernen oder verbessern und ausdauernd schwimmen: -Brustschwimmen -Kraulschwimmen -Rettungsschwimmen -Wasserspiele	Soziale Interaktion (z.B. Partnerübungen im Rettungsschwimmen) Körperwahrnehmung (z.B.: Widerstand, Gleiten und Wasserdruck) Wagnis (z.B. Tauchen und Springen) Leistung (z.B. Bewertung Schwimmzeiten und Bewegungsmerkmalen anhand von normierten Bewertungstabellen und Bewegungsmerkmalen) Gesundheit (z.B. Wirkung von Ausdauertraining)	
Bewegung	Jump-Style	- Den Grundschrift erlernen und mit ausge-	Soziale Interaktion (z.B.	

³ Trapolinschein⁴ Trapolinschein

gymnas- tisch/rhythm isch und tän- zerisch ge- stalten 12 US		wählten Schritte in Form einer Stationsarbeit erweitern. - In der Gruppe die Reihenfolge der Schritte festlegen. - Wiederholen bekannter Gestaltungskriterien - Rhythmus und Raum und diese in die Choreographie einbinden - Weitere Bewertungskriterien mit der Gruppe erarbeiten - Die Choreographie präsentieren und anhand gemeinsam ausgewählter Kriterien bewerten.	bei dem Entwickeln der Choreo/ Beobachtungsaufträge oder dem Bewerten der Choreos) Ausdruck (z.B. bei der Ausführung der Schritte) Körperwahrnehmung (z.B. bei der Koordination der Bewegungen und der Anstrengung während des Tanzens)	
Laufen, Springen, Werfen 6-10	a) Durch ausdauerndes Laufen die Fitness verbessern und die Gesundheit fördern b) Die Leistung im Leichtathletik – Mehrkampf verbessern	Vertiefung von ausgewählten Inhalten der Klasse 9, im leichtathletischem Dreikampf: Ausdauerndes Laufen: -Anwendungsformen z.B. Duathlon, Orientierungslauf Schnelles Laufen / Sprinten: -Entwicklung der Sprintschnelligkeit Springen: -Weitsprung (z.B. Hangweitsprung), -Hochsprung (z.B. Floptechnik) Werfen/ Stoßen: -Ballweitwurf, -Speerwurf (Grundlagentechnik) -Kugelstoßen (Technik verbessern)	Leisten (z.B. Höher, schneller, weiter , Sportabzeichen) Gesundheit (z.B. Bedeutung des Ausdauersports für die Gesundheit, Ruhepuls & Maximalpuls) Körperwahrnehmung (z.B.: Reaktionen des Körpers bei unterschiedlicher Beanspruchung) Soziale Interaktion (z.B. gegenseitige Bewegungsanalyse und Feedback)	

3 Überblick über die Inhaltsfelder G5-G10

Beitrag der Klassenstufen	Spielen	Bewegen an und mit Geräten	Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	Laufen, Springen, Werfen	Bewegen im Wasser	Fahren Rollen Gleiten	Mit und gegen Partner kämpfen	Den Körper trainieren, die Fitness verbessern
Klasse 5	- Kleine Spiele mit Schwerpunkt Wurf- und Fangschulung (z.B.: Flip-Flop) - Ggf. Einführung in erstes großes Spiel	- Bodenturnen - Einführung Akrobatik:		- Ausdauern-des Laufen - schnelles Laufen - Springen - Werfen				- Zirkeltraining
Klasse 6	- Fußball <u>Fakultativ:</u> Tischtennis	- Turnen am Boden und Springen (z.B. Le Parkour)	- Ballkorobics oder Tanzen	- Ausdauern-des Laufen - schnelles Laufen - Springen - Werfen			-Miteinander Kämpfen: Ziehen und Schieben	- ggf. Zirkeltraining, falls in Klasse 5 nicht mehr umsetzbar



Beitrag der Klassenstufen	Spielen	Bewegen an und mit Geräten	Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	Laufen, Springen, Werfen	Bewegen im Wasser	Fahren Rollen Gleiten	Mit und gegen Partner kämpfen	Den Körper trainieren, die Fitness verbessern
Klasse 7	- Handball (Kooperation Schule und Verein)	- Fliegen und Drehen / Klettern und Schwingen	- Seilsprung/Rope Skipping - Großseile	- Ausdauern- des Laufen - schnelles Laufen - Springen - Werfen		- Schulsikurs (Ggf. Vorbereitung durch Inlineskating, Long-Board)		
Klasse 8	- Basketball - Badminton		- Hip-Hop	- Ausdauern- des Laufen - Walking - Schnelles Laufen/ Sprinten - Springen - Werfen - Stoßen				- Richtige Trainings- durchführung „Krafttraining“ (Zirkeltraining)



Beitrag der Klassenstufen	Spielen	Bewegen an und mit Geräten	Bewegung gymnastisch, rhythmisch und tänzerisch gestalten	Laufen, Springen, Werfen	Bewegen im Wasser	Fahren Rollen Gleiten	Mit und gegen Partner kämpfen	Den Körper trainieren, die Fitness verbessern
Klasse 9	- Volleyball <u>Fakultativ:</u> Ein zweites großes Spiel	- Akrobatik - Planen, erproben, gestalten und präsentieren eines Par-kours		- Ausdauern-des Laufen - Schnelles Laufen / Sprinten - Springen - Werfen - Stoßen			<u>Fakultativ:</u> Miteinander kämpfen (Kooperation Schule und Verein)	<i>Ausdauerzir- kel</i>
Klasse 10	Wiederholung und Vertiefung mind. <u>zwei</u> großer Spiele: - Handball o. - Basketball o. - Volleyball o. - Fußball o. - Badminton	Boden & Gerätturnen	Jump-Style	Ggf. Leicht-athletischer Dreikampf (aus Klasse 9)	- Verschiede-ne Schwimm-techniken erlernen - Mögliche Bäder: Eberstadt, Nordbad Darmstadt			

2.4 Die Durchführung der Bundesjugendspiele

Die Bundesjugendspiele der Jahrgänge 5 (F und G) bis 9 (V und G) werden gemeinsam an zentralen Terminen durchgeführt. In der Regel werden die Bundesjugendspiele der Jahrgänge 5 und 6 und der Jahrgänge 7 bis 9 an zwei aufeinanderfolgenden Tagen getrennt durchgeführt. Die Jahrgänge 10 (V und G) sind ebenfalls zur Durchführung der Bundesjugendspiele verpflichtet. Diese finden allerdings im Klassenverband statt und werden im regulären Sportunterricht durchgeführt. Die Dateneingabe erfolgt von den unterrichteten Lehrkräften bis zu dem Termin, der von der Sportfachleitung der FES bekannt gegeben wird.