



## **Schulinterner Lehrplan des Faches Sport**

### **Jahrgangsstufe 7 bis 10**

(aufsteigend ab 2019/2020)

# **Jahrgangsstufe 7**

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 4	BF: 1
<b>Thema:</b> „Warm up and cool down“ – Sportliche Tätigkeiten funktional vor- und nachbereiten		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Allgemeines und spezielles Aufwärmen	<b>Inhaltsfelder:</b> f – Gesundheit	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Unfall- und Verletzungsprophylaxe - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2].</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ -</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ -</li> </ul>	

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 16	BF: 3
<b>Thema:</b> „Wir sprinten, springen, werfen“ – Leichtathletische Disziplinen vertiefen: Vorbereitung auf einen klassischen Leichtathletikwettkampf (auch durch Medien)		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>- Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>- Traditionelle leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> <li>- Leistungsverständnis im Sport</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1],</li> <li>○ einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2].</li> <li>○ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportl. Bewegungen anwenden [10 MK a1],</li> <li>○ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motor. Lern- u. Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2],</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2].</li> </ul>	

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 20	BF: 5
<b>Thema:</b> „Wir turnen an Geräten und/oder am Boden“ – Rollen, Schwingen, Stützen, Springen: Eine Bewegungsverbindung an einem Turngerät sicher turnen und präsentieren (Schwerpunkt: normgebundenes Turnen)		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>- Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>- Präsentation von Bewegungsgestaltungen</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1],</li> <li>○ turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1],</li> <li>○ ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3],</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportl. Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3],</li> <li>○ die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1].</li> </ul>	

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 20	BF: 7
<b>Thema:</b> „Wir spielen Badminton“ – Einführung in erste Grundschnläge und grundlegende taktische Verhaltensweisen sowie die Badminton-Regeln (Einzel-spiel)		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Partnerspiele (Badminton)	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Interaktion im Sport	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> ○ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1].	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> ○ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1], ○ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2].  <b>MK:</b> ○ -  <b>UK:</b> ○ -	

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 20	BF: 7
<b>Thema:</b> „Wir passen, dribbeln, werfen und gewinnen miteinander gegen andere“ – Vertiefung der Fertig- und Fähigkeiten des Basketballspiels (Schwerpunkt 3:3)		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Mannschaftsspiele (hier Basketball)	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten - Interaktion im Sport	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1],</li> <li>○ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kogn. Fähigkeiten u. technisch-koordin. Fertigkeiten in spielerisch-situationsorient. Handlungen anwenden [10 BWK 7.2].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1],</li> <li>○ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1],</li> <li>○ einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2],</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ -</li> </ul>	

JGS: 7	Dauer des UV: ca. 12	BF: 9
<b>Thema:</b> „Wir ringen und kämpfen mit- und gegeneinander“ – Grundlegende normgebundene Fähigkeiten und Fertigkeiten regelgerecht und fair anwenden		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Kämpfen mit- und gegeneinander	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Handlungssteuerung - Unfall- und Verletzungsprophylaxe	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1],</li> <li>○ in unterschiedl. Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht u. fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1],</li> <li>○ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedl. Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2],</li> <li>○ Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1],</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1].</li> </ul>	



# **Jahrgangsstufe 8**

JGS: 8	Dauer des UV: ca. 20	BF: 1
<b>Thema:</b> „Run, run, run... Wir trainieren unsere Ausdauer“ – Ausdauerfähigkeit verstehen, gezielt verbessern und individuelle Trainingspläne erstellen, nach diesen trainieren und die beurteilen		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Aerobe Ausdauerfähigkeit	<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d – Leistung	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a1) - Trainingsplanung und Organisation (d3)	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1],</li> <li>o grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1],</li> <li>o ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o einen individual. Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1],</li> <li>o sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2],</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1].</li> </ul>	

JGS: 8	Dauer des UV: ca. 16	BF: 6
<b>Thema:</b> „You gotta jump, jump, jump...“ – Rope-Skipping- oder Jumpstyle oder Hip-Hop-Variationen und -Kompositionen erlernen und allein und in Gruppen erarbeiten und präsentieren		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Tanzen – Tänzerische Bewegungsgestaltung	<b>Inhaltsfelder:</b> b – Bewegungsgestaltung	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variation von Bewegung (b1)</li> <li>- Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b2)</li> <li>- Ausgangspunkte von Gestaltungen (b3)</li> <li>- Gestaltungskriterien (b4)</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b> <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1],</li> <li>o das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen [10 MK b1],</li> <li>o Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2],</li> <li>o kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3].</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1],</li> <li>o gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2].</li> </ul>	

JGS: 8	Dauer des UV: ca. 20	BF: 7
<b>Thema:</b> „Wir spielen in eine Endzone“ – Spielerische Grundlagen und Regeln von zum Beispiel Ultimate Frisbee, Flag-Football, Tschoukball oder Korbball erlernen und anwenden		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - weitere Sportspiele und Sportspielvarianten	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1) - Interaktion im Sport (e2)	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ sportspielspezifische sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1],</li> <li>○ ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1],</li> <li>○ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1],</li> <li>○ einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2].</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ -</li> </ul>	

JGS: 8	Dauer des UV: ca. 20	BF: 7
<b>Thema:</b> „Wir lernen Volleyball“ – Koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten des Volleyballspiels erlernen und in einfachen Spielsituationen anwenden		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> - Mannschaftsspiele	<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz	
	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> - Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1) - Interaktion im Sport (e2)	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen:</b>  <b>BWK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ sportspielspezifische sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1].</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</b>  <b>SK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1],</li> <li>○ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2],</li> </ul> <b>MK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1].</li> </ul> <b>UK:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ -</li> </ul>	