

## Curriculum Sport Deutsche Schule Barcelona Jahrgangsstufen 5 bis 8

Der Sportunterricht findet zweistündig pro Woche und in der Regel auf Deutsch statt. Der Lehrplan ist auf die örtlichen Verhältnisse (12 Schuljahre, Platzverhältnisse, Hallen- und Geräteausstattung) zugeschnitten. Er ist in den Klassen in klar definierte Kernbereiche gegliedert. Ausnahme bildet die Klassenstufe 7, die einen Freiraum für einen individuell zu gestaltenden Ergänzungsbereich aufweist.

Gegenstand des Unterrichts sind die Individualsportarten Gerätturnen, Leichtathletik und Schwimmen und die Mannschaftssportarten Basketball, Fußball, Handball und Mini-Volleyball. Der Ergänzungsbereich ist nicht in jeder Klassenstufe inhaltlich festgelegt. Seine Aufgaben sind u. a. der Abbau von Defiziten, Einführung von neuen Sportarten, durch Lehrkräfte, die aus ihren Bundesländern individuell interessante Sportangebote mitbringen und an unserer Schule in diesem Bereich entsprechend der Voraussetzungen umgesetzt werden können. Sowie die Vertiefung und Erweiterung der Sportarten aus dem Kernbereich zur Vorbereitung und Unterstützung außerunterrichtlicher sportlicher Aktivitäten.

Der Unterricht findet in der Regel koedukativ statt. Die Unterrichtsinhalte werden nicht nach Mädchen und Jungen getrennt, eine Binnendifferenzierung findet individuell im Unterricht statt.

Der Sportunterricht findet in den Jahrgangsstufen 5 bis 7 gemischt mit den spanischsprachigen Schülerinnen und Schülern statt. Das Ziel ist hier die Integration und eine Verbesserung der Sprachkompetenz.

Die Stundenzahl pro Schuljahr beträgt maximal 72 Stunden. In der Regel sind die Kernbereiche in vier gleich große Abschnitte von 8 Doppelstunden eingeteilt. Eine Ausnahme bildet die Klassestufe 5, bei der über ein halbes Jahr Schwimmen unterrichtet wird.

# Klassenstufe 5

Kompetenzen	Inhalte	Zeit Doppelstunden	Methoden	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- lernt schwimmart-spezifische Anforderungen kennen und umsetzen</li> <li>- kann Informationen verstehen und umsetzen</li> <li>- übernimmt Verantwortung für sich selbst (individuelle Fehlerkorrektur nach Fehleranalyse)</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Schwimmen</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhaltens- und Baderegeln</li> <li>- Allgemeine Schwimmschulung</li> <li>- Spiele, Staffeln, Tauchen und Springen</li> <li>- Technik – Brustkraul</li> <li>- Bein- und Armbewegung</li> <li>- Gesamtkoordination und Atmung</li> <li>- Startsprung</li> <li>- Technik – Ergänzung (Rücken und Brust)</li> </ul>	18	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration und Nachmachen</li> <li>- von der Einzel- zur Gesamtbe-wegung</li> <li>- von der Technik bis zum Schnellschwimmen</li> <li>- kontinuierlicher Leistungsaufbau</li> <li>- Differenzierung</li> <li>- Vielseitigkeit durch kontinuierliches Üben und spielerischer Einlagen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Orientierungstaugen</li> <li>- Formen der Selbst- und Fremdre-ttung</li> <li>- Synchronschwimmen</li> <li>- Wasserball</li> </ul>
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik Kraul und Startsprung</li> <li>• 25 m Kraul</li> <li>• Streckentauchen</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernen, dass die Schnelligkeit eine Grundlage für alle Sportarten darstellt</li> <li>- Beherrschen von Spannung und Entspannung in kürzester Zeit</li> <li>- möglichst weit werfen (links/rechts) und springen</li> <li>- eigene Bewegungsabläufe mit den anderen vergleichen</li> <li>- konditionelle und koordinative Fähigkeiten verbinden</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Leichtathletik</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufschiule und Erwärmungsformen</li> <li>- Kurzstreckenläufe</li> <li>- Reaktionsübungen</li> <li>- Staffelläufe</li> <li>- Werfen (Ballweitwurf mit 80 g)</li> <li>- Springen (Schrittsprung aus der Zone)</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reaktionsschulungen</li> <li>- Wechsel der Lauftechniken</li> <li>- unterschiedlicher Lasten, aber Überlastung vermeiden</li> <li>- Ein- und Beidbeinsprünge</li> <li>- Rhythmisierung</li> <li>- Differenzierung</li> </ul>	
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballweitwurf</li> <li>• 50-m-Lauf</li> <li>• Weitsprung</li> </ul>				

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Freude am Spielen</li> <li>- hohe Bewegungsvielfalt erlernen und umsetzen</li> <li>- Meistern koordinativer Anforderungen unter steigenden konditionellen Bedingungen</li> <li>- Fairplay</li> <li>- Verbesserung der allgemeinen spielmotorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten</li> <li>- Akzeptieren und Tolerieren anderer Leistungen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Kleine Spiele</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufspiele</li> <li>- Kooperationsspiele</li> <li>- Ballspiele</li> <li>- Kraft- und Gewandtheitsspiele</li> <li>- Wahrnehmungsspiele</li> <li>- Geländespiele</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Feedback mittels „Skala“ (Line-up-Methode)</li> <li>- kleine Gruppen</li> <li>- hohe Spielintensität</li> <li>- systematische Entwicklung</li> <li>- Steigerung des Schwierigkeitsgrades</li> <li>- Inhalte und Organisationsformen wechseln</li> </ul>	<p>Völkerball mit Wetkampfcharakter beim Sportfest</p>
--	---	---	--	--

**Testung:**

- die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen ihrer sportlichen Fähigkeiten und Fertigkeiten eingeschätzt

**Hilfsmittel** (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)

# Klassenstufe 6

Kompetenzen	Inhalte	Zeit Doppelstunden	Methoden	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen einfacher Roll-, Stütz-, Lauf- und Schwungbewegungen</li> <li>- Bewältigung erhöhter Bewegungsanforderungen durch Rückgriff bekannter Bewegungserfahrungen</li> <li>- Selbsteinschätzung</li> <li>- Helfen und Sichern</li> <li>- Beobachtung und Analyse</li> <li>- Kooperation und Kommunikation</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Gerätturnen</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bodenturnen               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Rolle (vorwärts/rückwärts)</li> <li>o Rad</li> <li>o Kopf- und Handstand</li> </ul> </li> <li>- Sprung               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Hockwende über den Kasten/quer</li> <li>o Grätsche über den Bock</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- die gesamtkörperlichen Vorbereitung (Basisgymnastik)</li> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- vom Einfachen zum Komplexen</li> <li>- Fordern, aber Überforderungen vermeiden</li> <li>- spielerische und kreative Phasen</li> <li>- turnerisch begabte Schülerinnen und Schüler demonstrieren lassen</li> </ul>	
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelelemente im Turnen</li> <li>• Sprünge über Kasten und Bock</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grobform</li> <li>- elementare Techniken im Spiel anwenden können</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und einfaches taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Schiedsrichteraufgaben übernehmen</li> <li>- Leistung anderer anerkennen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Basketball</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielen auf Körbe</li> <li>- Technik               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Passen, Fangen und Dribbeln</li> <li>o Druckpass</li> <li>o Abwehrverhalten</li> <li>o Korbleger</li> </ul> </li> <li>- Taktik               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Freilaufen und Anbieten</li> <li>o Zuspiel</li> <li>o Manndeckung</li> </ul> </li> <li>- Regeln               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Sprungball</li> <li>o Ball aus dem Spiel</li> <li>o Einwurf</li> <li>o Ball ins Spiel nach Korbwurf</li> <li>o Foul</li> <li>o Schiedsrichterzeichen</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Einfachen zum Schweren</li> <li>- Grundtechniken beidseitig lehren</li> <li>- Üben ohne Blick auf den Ball</li> <li>- wechselnde Organisationsformen</li> <li>- schwache und starke Schülerinnen und Schüler gemeinsam</li> <li>- Spielen durch Spielen erlernen</li> </ul>	Basketballspiel als Turnier beim Sportfest
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- oder Komplexübungen (Dribbeln, Fangen, Passen und Korbleger)</li> <li>• die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt</li> </ul> <p><b>Hilfsmittel</b> (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)</p>				

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grobform</li> <li>- elementare Techniken im Spiel anwenden</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und einfaches taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Verbesserung der spiel-motorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten</li> <li>- Leistungen anderer tolerieren, akzeptieren und anerkennen</li> <li>- Zusammen-spiel (stark-schwach)</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Fußball</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technik <ul style="list-style-type: none"> <li>o Flache Bälle annehmen</li> <li>o Bälle mitnehmen und passen</li> <li>o Dribbeln</li> <li>o Pässe über große Distanz schlagen</li> <li>o Torschüsse (Schussarten)</li> <li>o Einwurf</li> </ul> </li> <li>- Taktik <ul style="list-style-type: none"> <li>o Zusammenspiel</li> <li>o Freilaufen und Anbieten</li> <li>o Manndeckung</li> <li>o Aufbau und Stören des Angriffs</li> </ul> </li> <li>- Regeln <ul style="list-style-type: none"> <li>o Anstoß</li> <li>o Ball aus dem Spiel</li> <li>o Einwurf</li> <li>o Abstoß, Freistoß, Torschuss</li> <li>o Schiedsrichterzeichen</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Einfachen zum Schwierigen</li> <li>- Bekanntes aufgreifen</li> <li>- gute Schülerinnen und Schüler demonstrieren lassen</li> <li>- wechselnde Organisationsformen</li> <li>- Lernmotivation schaffen durch Lob bei schwachen Schülerinnen und Schülern</li> <li>- kurze und prägnante Informationen</li> <li>- Spielen durch Spielen erlernen</li> </ul>	
---	---	---	---	--

<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- oder Komplexübungen (Ballan- und Mitnahme, Dribbeln und Pässe, Torschüsse)</li> <li>• die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt</li> </ul> <p><b>Hilfsmittel</b> (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)</p>				
--	--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Lernen, dass die Ausdauer die Grundlage für alle sportlichen Leistungen darstellt</li> <li>- gleichmäßig über einen langen Zeitraum laufen</li> <li>- über einen bestimmten Zeitraum möglichst weit laufen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Laufschulung – Ausdauer</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufschule und Erwärmungsformen</li> <li>- Grundschnelligkeit – 50m Sprint</li> <li>- Schnelligkeitsausdauer – Schnelle Runde</li> <li>- Ausdauer</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufschule</li> <li>- Dauermethode</li> <li>- Wechsel- oder Intervallmethode</li> <li>- Wiederholungsmethode</li> <li>- Test-Methode</li> <li>- Belastungskontrolle (Puls)</li> </ul>	Freiwillige Teilnahm am Schullauf (Mittelstrecke)
--	--	---	--	---

<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50 m Sprint</li> <li>• Schnelle Runde (ca. 235m)</li> <li>• Cooper-/Ausdauer-test (8'-Lauf nach Runden oder 25'-Ausdauerlauf)</li> </ul>				
--	--	--	--	--

# Klassenstufe 7

Kompetenzen	Inhalte	Zeit Doppelstunden	Methoden	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschung des Tiefstarts zur Verbesserung meiner Laufleistungen auf den Kurzstrecken</li> <li>- Beherrschung des Schrittweitsprunges zur Verbesserung meiner Sprungleistungen</li> <li>- Beherrschung des Stemmschrittes nach Laufrhythmus für weite Würfe</li> <li>- Einschätzung persönlicher Leistungen</li> <li>- Lernen von anderen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Leichtathletik</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Laufschule und Erwärmungsformen</li> <li>o Einführung Tiefstart</li> <li>o 75-m-Lauf</li> <li>o Laufübungen</li> </ul> </li> <li>- Sprung               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Allgemeine Sprungschulung</li> <li>o Schrittweitsprung mit Absprung vom Balken</li> </ul> </li> <li>- Werfen               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Allgemeine Wurfschulung</li> <li>o Stemmschritt und Laufrhythmus</li> <li>o Werfen (Ballweitwurf mit 200 g)</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Abwechslung in den Übungen und Folgen</li> <li>- Erfolgserlebnisse schaffen</li> <li>- Vormachen und Nachmachen durch Lehrkraft oder einem geschickten Schüler oder einer Schülerin</li> <li>- verbale Unterstützung der Übungen bei der Schrittgestaltung (Weitsprung und Wurf)</li> <li>- Gruppenarbeit und individuelle Leistungserfassungen</li> </ul>	<p>Freiwillige Teilnahmen am Schullauf (Mittelstrecke)</p>
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballweitwurf</li> <li>• 75-m-Lauf mit Tiefstart</li> <li>• Weitsprung</li> </ul>				
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grobform</li> <li>- elementare Techniken im Spiel anwenden</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und einfaches taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Einschätzung der persönlichen Spielfähigkeiten und Fertigkeiten</li> <li>- Lernen von guten Schülern und Schülerinnen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Mini-Volleyball</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Volleyballspiel in Kleingruppen (4:4)</li> <li>- Technik               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Pritschen und Baggern (kurze Distanz)</li> <li>o Aufgabe von unten</li> </ul> </li> <li>- Taktik               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Einhalten der Aktionsräume (3:3)</li> <li>o 1. Zuspiel (Annahmehaggern) auf 3</li> </ul> </li> <li>- Regeln               <ul style="list-style-type: none"> <li>o Ball ins Spiel</li> <li>o Ball außer Spiel</li> <li>o Ballberührungen (mit und ohne Block)</li> <li>o Rotationsregel</li> <li>o Schiedsrichterzeichen</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Einfachen zum Schwierigen</li> <li>- Erläuterung, Demonstration und Nachmachen</li> <li>- von Einzel- zu Komplexübungen</li> <li>- Einzel- und Zweierarbeit</li> <li>- über das Spiel 1:1 zum Spiel 4:4</li> <li>- stetiger Wechsel der Übungsinhalte (Vermeidung von langer Weile durch Misserfolge) – Übungsform Kreisbetrieb</li> <li>- Spielen durch Spielen erlernen</li> <li>- Leistung einschätzen durch Beobachtung (Beobachtungsbögen einsetzen)</li> </ul>	<p>Minivolleyball als Turnier beim Sportfest</p>
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- oder Komplexübungen (Pritschen, Baggern, Aufschlag, Annahmehaggern)</li> <li>• die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt</li> </ul> <p><b>Hilfsmittel</b> (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)</p>				

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grob- und Feinform</li> <li>- Elementare Techniken im Spiel anwenden können</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und einfaches taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Variabilität im Spiel ausdrücken (Angriff-Verteidigung)</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Schiedsrichteraufgaben übernehmen</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Basketball</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Technik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Passen und Fangen (Festigung)</li> <li>o Dribbeln (Festigung)</li> <li>o Druckpass (Festigung)</li> <li>o Abwehrverhalten (Festigung)</li> <li>o Korbleger (Festigung)</li> <li>o Positionswurf</li> <li>o Sternschritt</li> </ul> </li> <li>- <b>Taktik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Ausnützen des Raumes</li> <li>o Finten mit und ohne Ball</li> <li>o Manndeckung</li> <li>o Raumdeckungssystem 6:0</li> </ul> </li> <li>- <b>Regeln</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Festigung der Regeln und Schiedsrichterzeichen</li> <li>o Schiedsrichteraufgaben leisten</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Einfachen zum Schwierigen</li> <li>- Bekanntes aufgreifen</li> <li>- Gute Schülerinnen und Schüler demonstrieren lassen</li> <li>- Wechselnde Organisationsformen</li> <li>- Lernmotivation schaffen durch Lob bei schwachen Schülerinnen und Schülern</li> <li>- Spielen und Spielen erlernen</li> <li>- Leistung einschätzen durch Beobachtung (Beobachtungsbögen einsetzen)</li> </ul>	
<p><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- oder Komplexübungen (Dribbeln, Fangen, Passen und Korbleger)</li> <li>• die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt</li> <li>• Schiedsrichterleistung (besonders für SchülerInnen die nicht aktiv am Sport teilnehmen können)</li> </ul> <p><b>Hilfsmittel</b> (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)</p>				
	<h2 style="text-align: center;">Zur freien Verfügung</h2>	9		

# Klassenstufe 8

Kompetenzen	Inhalte	Zeit Doppelstunden	Methoden	Schulspezifische Ergänzungen und Vertiefungen
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grobform</li> <li>- Elementare Techniken im Spiel anwenden</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und einfaches taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Zusammenspiel von „Stark“ und „Schwach“</li> <li>- Teamfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Handball</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Zielwurfspiele</b></li> <li>- <b>Technik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Passen und Fangen</li> <li>o Einfaches fintieren</li> <li>o Stand- und Sprungwurf</li> <li>o Torschüsse</li> </ul> </li> <li>- <b>Taktik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Ausnützen des Raumes</li> <li>o Freilaufen</li> <li>o Manndeckung</li> <li>o Raumdeckungssystem 6:0</li> </ul> </li> <li>- <b>Regeln</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Spielfeld und Linien</li> <li>o Spielen des Balls</li> <li>o 3-Schritt-Regel</li> <li>o Spieleröffnung - Anwurf</li> <li>o Ball aus dem Spiel</li> <li>o Einwurf</li> <li>o Einwurf von der Ecke</li> <li>o Freiwurf</li> <li>o 7-m-Strafwurf</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Darbieten, erarbeiten und entdecken lassen</li> <li>- Sprechen, zeigen und helfen</li> <li>- Spiel- und Übungsstärke der Klassensituation anpassen</li> <li>- die gestellten Aufgaben und deren Umsetzung dem Bewegungsbedürnis und der Konzentration der Schülerinnen und Schüler anpassen</li> <li>- von kleinen und spielnahen Übungsformen zum Handball</li> <li>- aufbauende Übungsreihen</li> <li>- Regelvereinfachungen</li> <li>- Schülerbeobachtungen und Auswertungen</li> <li>- Wenn-dann-Regel</li> </ul>	Handballballspiel als Turnier beim Sportfest

**Testung:**

- Einzel- oder Komplexübungen (Dribbeln, Fangen, Passen und Torwurf)
- die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt

**Hilfsmittel** (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Geräte sachgerecht auf- und abbauen, Sicherheit überprüfen</li> <li>- Bewältigung erhöhter Bewegungsanforderungen</li> <li>- Vertrauen auf Hilfestellung und Hilfestellung leisten</li> <li>- Bewegungsabläufe koordinieren, Auswahl geeigneter Elemente und eine Kür zusammenstellen</li> <li>- Präsentation</li> <li>- Realistische Selbsteinschätzung</li> <li>- Wagen und Verantwortung übernehmen</li> <li>- Kreativität entwickeln</li> <li>- Selbstvertrauen</li> </ul>	<p><b>Gerätturnen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Boden</b> (Mädchen und Jungen) <ul style="list-style-type: none"> <li>o Festigung bekannter Elemente</li> <li>o Handstand</li> <li>o Handstand mit abrollen</li> <li>o Radwende</li> <li>o Sprungrolle</li> </ul> </li> <li>- <b>Sprung</b> (Mädchen und Jungen) <ul style="list-style-type: none"> <li>o Hocke über den Kasten/quer</li> </ul> </li> <li>- <b>Schwebebalken</b> (Mädchen) <ul style="list-style-type: none"> <li>o Aufgang (Hockwende)</li> <li>o Sprünge</li> <li>o Schrittkombinationen</li> <li>o Standwaage</li> <li>o Abgang (Grätschwinkelsprung)</li> </ul> </li> <li>- <b>Parallelbarren</b> (Jungen) <ul style="list-style-type: none"> <li>o Aufgang (Kippe)</li> <li>o Schwingen</li> <li>o Grätschsitz</li> <li>o Rolle</li> <li>o Abgang (Wende)</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hilfestellungen (Schüler Helfen Schüler)</li> <li>- Üben und Festigen der Elemente</li> <li>- Schwierigkeitsgrad erhöhen</li> <li>- Verbinden der Übungen zu einer Übungsreihe/Kür</li> <li>- Differenzierung</li> </ul>	
---	---	---	---	--

**Testung:**

- Sprung über Kasten/quer – Hocke (Mädchen und Jungen)
- Bodenkür (Mädchen und Jungen)
- Kür Schwebebalken (Mädchen)
- Kür Parallelbarren (Jungen)



<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beherrschen der Elemente in der Grob- und Feinform</li> <li>- Elementare Techniken im Spiel sicher anwenden</li> <li>- Struktur des Spiels verstehen und taktisches Verhalten im Spiel zeigen</li> <li>- Anweisungen des Schiedsrichters erkennen und befolgen</li> <li>- Schiedsrichteraufgaben übernehmen</li> <li>- Toleranz</li> <li>- Taemfähigkeit</li> <li>- Fairplay</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Fußball</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Technik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Hohe Bälle annehmen, mitnehmen und passen</li> <li>o Kurz- und Langpässe schlagen</li> <li>o Doppelpass</li> <li>o Dribbeln mit Tempo- und Richtungswechsel</li> <li>o Torschüsse aus verschiedenen Positionen</li> <li>o Kopfballspiel</li> </ul> </li> <li>- <b>Taktik</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Aufgabenverteilung bei Angriff und Abwehr</li> </ul> </li> <li>- <b>Regeln</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>o Festigung der bekannten Regeln</li> <li>o Abseitsregel</li> </ul> </li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenstärke und Übungsformen des Inhaltes anpassen</li> <li>- Stetiger Wechsel der Übungen – Kreisbetrieb</li> <li>- kontinuierlicher Übungsbetrieb aufrechterhalten</li> <li>- Spielbetrieb gemischt in kleinen und großen Gruppen (Kleinfeld/Großfeld)</li> <li>- Arbeit mit Lob für schwächere Schülerinnen und Schüler</li> <li>- Spielen (Zusammenspiel) ist oberstes Gebot, keine Alleingänge durch spielbestimmende</li> <li>- eigenes Verhalten (Handlung) durch Gespräche äußern</li> </ul>	
--	---	---	---	--

<p style="text-align: center;"><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- oder Komplexübungen (Ballan- und Mitnahme, Dribbeln und Pässe, Torschüsse)</li> <li>• die Schülerinnen und Schüler werden durch Beobachtungen über ihre spielerischen Fähigkeiten und Fertigkeiten während des Spielens eingeschätzt</li> </ul> <p style="text-align: center;"><b>Hilfsmittel</b> (Beobachtungsbögen, Selbst- und Fremdeinschätzungen)</p>				
--	--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kontinuität führt zum Erfolg</li> <li>- Beherrschung von unterschiedlichen Laufniveaus</li> <li>- Selbsteinschätzung der eigenen Laufleistung</li> <li>- Freude am Laufen</li> <li>- Motivation</li> <li>- Leistungsbereitschaft</li> <li>- Selbstwahrnehmung</li> <li>- Wissen über Anpassungsabläufe im Körper (Bekanntes zu Biologie)</li> </ul>	<h2 style="text-align: center;">Laufschulung- Ausdauer</h2> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufschule und Erwärmungsformen</li> <li>- Grundschnelligkeit – 75m</li> <li>- Schnelligkeitsausdauer – Schnelle Runde</li> <li>- Ausdauer</li> </ul>	9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufschule</li> <li>- Dauermethode</li> <li>- Wechsel- oder Intervallmethode</li> <li>- Wiederholungsmethode</li> <li>- Test-Methode</li> <li>- Belastungskontrolle (Puls)</li> </ul>	freiwillige Teilnahm am Schullauf (Mittelstrecke)
--	--	---	--	---

<p style="text-align: center;"><b>Testung:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 75 m</li> <li>• Schnelle Runde</li> <li>• Cooper-/Ausdauerlauf (10' -Lauf nach Runden oder 30' -Ausdauerlauf)</li> </ul>				
--	--	--	--	--