

Themenfeld: Bewegen an und mit Geräten – Klasse 9/10

Stunden	Kompetenzbereiche Standards	Konkreter Inhalt DE,SE (fachspezifisch farblich kennzeichnen)	Medien und Sprachbildung Übergreifende Themen	Fachübergreifende Fächerverbindende Absprachen (Projekte)	Formate Leistungs- bewertung
15	<p>Schaukeln, Schwingen und Hangeln Die Schülerinnen und Schüler können:</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit Körperspannung und im Rahmen einer Bewegungsfolge rhythmisch schwingen <p>Stützen und Klettern</p> <ul style="list-style-type: none"> - zur variablen Überwindung von Hindernisfolgen stützen und klettern <p>Rollen und Drehen</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine unter Anleitung erarbeitete Bewegungsfolge mit Roll-, Dreh- und Überschlagbewegungen flüssig und mit Körperspannung präsentieren 	<p><u>Barren, (Jungen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwingen im Stütz, Rolle vorwärts aus dem Grätschsitz in den Grätschsitz, Oberarmstand, Außenquersitz, Drehflanke über beide Holme Oberarmstemmaufschwung in den Grätschsitz <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Stufenbarren (Mädchen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hüft-Aufschwung am unteren und zum oberen Holm (Liegehang), Vor- und Rückspreizen eines Beins, Knieab-Knieaufschwung mit Griffwechsel zum oberen Holm Kreisspreizen, Hohe Wende, Hockwende über den oberen Holm <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Boden:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mädchen: Rollen vor- und rückwärts, Kopfstand, Handstand Abrollen, Standwaage, Handstützüberschlag seitwärts, Schritt- und Sprungkombinationen (s. Balken) - Jungen: Sprungrolle, Kopfstand, Handstand Abrollen, Standwaage, Strecksprung $\frac{1}{2}$ Drehung, Handstützüberschlag seitwärts, Felgrolle, Rondat 	<ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe, Hygiene - Gesundheits- und Körperbewusstsein entwickeln - 	<ul style="list-style-type: none"> - Fachsprache anwenden, - Präsentationen anhand von Kriterien bewerten, - Partnerkorrekturen/Selbstkorrekturen 	

	<p>Balancieren und Stehen</p> <ul style="list-style-type: none"> - selbstständig eine Bewegungsfolge zum Balancieren gestalten und präsentieren - Stände in unterschiedlichen Körperpositionen auf unterschiedlichen, kleinen Unterstützungsflächen halten <p>Springen und Landen</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine hohe Anlaufgeschwindigkeit am Boden oder über Hindernisse in einen Sprung umsetzen, sicher landen und ggf.eine Folgebewegung anschließen 	<p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Balken (Mädchen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gymnastische Sprünge (Schritt-, Scher-, Wechsel-, Streck- und Grätschsprünge, Standwaage, Kniewaage Sprungaufhocken vom Sprungbrett - Spreizformen, Vor- und Rückspreizen eines Beines, Seitspreizen eines Beines, ½ Drehung im Hockstand <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Reck, Griff- bis Sprunghoch (Jungen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hüft-Aufschwung, Hüftaufzug, Hüftumschwung Knieab- Knieaufschwung, Felgunterschwung mit ½ Drehung, Drehabspreizen, <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Sprung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mädchen: Sprunggrätsche + Sprunghocke Pferd seitwärts - Jungen: Sprunggrätsche u. Sprunghocke Kasten lang 			
--	---	---	--	--	--

Themenfeld: Bewegen an und mit Geräten – Klasse 7/8

Stunden	Kompetenzbereiche Standards	Konkreter Inhalt DE,SE (fachspezifisch farblich kennzeichnen)	Medien und Sprachbildung Übergreifende Themen	Fachübergreifende Fächerverbindende Absprachen (Projekte)	Formate Leistungs- bewertung
15	<p>Stützen und Klettern Die Schülerinnen und Schüler können:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zur variablen Überwindung von Hindernisfolgen stützen und klettern <p>Schaukeln, Schwingen und Hangeln</p> <ul style="list-style-type: none"> - mit Körperspannung und im Rahmen einer Bewegungsfolge rhythmisch schwingen <p>Rollen und Drehen</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine unter Anleitung erarbeitete Bewegungsfolge mit Roll-, Dreh- und Überschlagbewegungen flüssig und mit Körperspannung präsentieren 	<p><u>Barren, (Jungen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwingen im Stütz, Rolle vorwärts aus dem Grätschsitz in den Grätschsitz, Außenquersitz, Wende <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Stufenbarren (Mädchen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hüft-Aufschwung am unteren Holm, Vor- und Rückspreizen eines Beins, Knieab-Knieaufschwung, Kreisspreizen, Hohe Wende, Hockwende über den oberen Holm <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Boden:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mädchen: Rollen vor- und rückwärts, Kopfstand, Handstand Abrollen, Standwaage, Handstützüberschlag seitwärts, Schritt- und Sprungkombinationen (s. Balken) - Jungen: Sprungrolle, Kopfstand, Handstand Abrollen, Standwaage, Strecksprung $\frac{1}{2}$ Drehung, Handstützüberschlag seitwärts, Felgrolle, <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p>			Siehe

	<p>Balancieren und Stehen</p> <ul style="list-style-type: none"> - unter Anleitung eine Bewegungsfolge zum Balancieren gestalten und präsentieren - Stände in unterschiedlichen Körperpositionen auf unterschiedlichen, kleinen Unterstützungsflächen halten <p>Springen und Landen</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine hohe Anlaufgeschwindigkeit in einen Sprung am Boden oder über Hindernisse umsetzen, sicher landen und ggf.eine Folgebewegung anschließen 	<p><u>Balken (Mädchen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Gymnastische Sprünge (Schritt-, Scher-, Wechsel-, Streck- und Grätschsprünge, Standwaage, Kniewaage, Sprungaufhocken vom Sprungbrett - Spreizformen, Vor- und Rückspreizen eines Beines, Seitspreizen eines Beines, ½ Drehung im Hockstand und Stand <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Reck, Schulterhoch (Jungen):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hüft-Aufschwung, Hüftumschwung, Knieab- Knieaufschwung, Felgunterschwingung mit ½ Drehung, Drehabspreizen, <p>Kürübung zur Leistungsbewertung</p> <p><u>Sprung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Mädchen: Bock/ Doppelbock: Grätsche - Jungen: Bock/ Doppelbock: Grätsche 			
--	---	---	--	--	--

--	--	--	--	--	--