

Themenfeld: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen – 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>Die Schülerinnen und Schüler können:</p> <ul style="list-style-type: none"> - eine Kurzstrecke (mit/ohne Hindernisse/n) im individuell höchsten Tempo unter wettkampfnahen Bedingungen zurücklegen - können 15 – 20 min. laufen - mit rhythmischem Anlauf funktional in die Höhe und in die Weite springen - verschiedene Gegenstände mit rhythmischem Anlauf und einer Ganzkörperstreckung weit werfen - verschiedene Gegenstände mit einer Ganzkörperstreckung weit stoßen - aus verschiedenen Positionen starten 	<ul style="list-style-type: none"> - Kurz - , Mittel - und Langstrecken (ggf. mit Hindernissen), Staffeln, - weit, hoch und über Hindernisse springen, Mehrfachsprünge, Ziel - und Zonenspringen, - werfen, stoßen und schleudern in die Weite, in die Höhe und auf Ziele mit unterschiedlichen Sportgeräten/ Gegenständen (z.B. Ball, Frisbee, Kugel) 	<ul style="list-style-type: none"> - Fachbegriffe, Hygiene - Gesundheits- und Körperbewusstsein entwickeln - Regeln und Wettkampfbestimmung kennen und einhalten; - Wenden Kenntnisse der Sicherheit an, - kennen <p>Bewegungsausführung des Werfens und wenden diese in der Bewegung an, Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsausführungen 	Biologie, Sportfest	Siehe Tabelle

			<p>beschreiben, Demonstrationen beschreiben und einzelne</p> <ul style="list-style-type: none">- Phasen fachlich korrekt benennen		
--	--	--	---	--	--

Themenfeld: Laufen, Springen, Werfen, Stoßen – 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	<ul style="list-style-type: none"> - unter wettkampfnahen Bedingungen eine Kurzstrecke im individuell höchsten Tempo zurücklegen - schnell und rhythmisch über Hindernisse laufen durchgehend mehr als 20 Minuten laufen - unter wettkampfnahen Bedingungen Anlafrhythmus und -geschwindigkeit in einen hohen/weiten Sprung umsetzen - unter wettkampfnahen Bedingungen verschiedene Gegenstände unter Verlängerung des Beschleunigungsweges (z. B. Anlauf) mit einer 	<p><u>Laufen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf ABC - Start als Tiefstart - Sprint Leistungslauf aus dem Tiefstart über 100m (Mädchen und Jungen) - Staffelläufe - Ausdauerläufe - Leistungslauf über 800m (Mädchen) - Leistungslauf über 1000m (Jungen) <p><u>Springen:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Weitsprung mit Leistungsbewertung - Hochsprung mit Leistungsbewertung - Schersprung - Flopsprung <p><u>Stoß:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Kugelstoßen mit Leistungsbewertung - Mädchen: 4kg Kugel - Jungen: 6kg Kugel 	<ul style="list-style-type: none"> - Regeln und Wettkampfbestimmung kennen und einhalten; - Wenden Kenntnisse der Sicherheit an, - kennen <p>Bewegungsausführung des Werfens und wenden diese in der Bewegung an, Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsausführungen beschreiben, - Demonstrationen beschreiben und einzelne - Phasen fachlich korrekt benennen - 		Siehe

	<p>Ganzkörperstreckung weit werfen oder stoßen Die Schülerinnen und Schüler können kriteriengeleitet Urteile zu eigenen sport- und bewegungsbezogenen Handlungen formulieren und begründen.</p>				
--	---	--	--	--	--