

Themenfeld: **Kämpfen – Klasse 7/8 (Vertiefung 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>Fallen Die Schülerinnen und Schüler können:</p> <ul style="list-style-type: none"> - nach Einwirkung der Partnerin oder des Partners aus unterschiedlichen Ausgangslagen sicher und kontrolliert fallen - nach dynamischer/kämpferischer Auseinandersetzung mit der Partnerin oder dem Partner sicher und kontrolliert fallen <p>Kämpfen</p> <ul style="list-style-type: none"> - selbstständig erarbeitete Lösungsansätze zum Erobern, Einnehmen bzw. Verteidigen von Gegenständen, Körperpositionen und Raum im Stand und am Boden umsetzen | <p>Technik <u>Fallübungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Judorolle (Ukemi) vorwärts, rückwärts und seitwärts <p><u>Bodentechniken</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Festhaltetechniken Kuzure-Kesa-Gatame, Yoko-Shiho-Gatame, Mune-Gatame - Formen des Herausarbeitens aus Festhaltetechniken <p><u>Grundlagen der Standardarbeit</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundhaltung (Shizentai) - Fassarten (Kumi-Kata) - Gehen und Bewegen auf der Matte <p><u>Wurftechniken</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Uki-Goshi - De-Ashi-Barai - O-Soto-Otoshi <p><u>Stand/Boden Übergang</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - Stand- und Bodenkampf z. B. Uki-Goshi zu Mune-Gatame, O-Soto-Otoshi zu Kuzure- Kesa-Gatame | <p>Kenntnisse</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geschichte des Judosports - Wettkampfbregeln - Sicherheitsbestimmungen - erlaubte und verbotene Handlungen | <p>Physik: Kräfte und ihre Wirkungen</p> <ul style="list-style-type: none"> -Spezielle Kräfte in der Physik -Kräfte und Bewegungen -Vertiefungen zur Mechanik | |

| | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">- ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten zielgerichtet und kontrolliert einsetzen- regelgerecht unter Verwendung unterschiedlicher Lösungsansätze am Boden und im Stand Kämpfen- unter Verwendung selbstgewählter Handlungsketten die körperliche Kontrolle über die Partnerin oder den Partner, bei dosiertem Widerstand, erlangen | | | | |
|--|--|--|--|--|--|