

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
Sportbereich I: Fachkenntnisse					
SS können Bewegungsabläufe beschreiben	HF6 HF7 FK MK PK	Beschreibung von Bildreihen. Bewegungsanweisungen geben können. Korrektur bei Mitschülern.			Übung für selbstständige GLF.
SS können Maßnahmen zum Helfen und Sichern beschreiben und anwenden	HF6, HF5, HF7 FK SK PK	Integriert in die Gerätturneinheit.			
SS können Geräte auf- und abbauen	PK SK FK	Selbstständiger Aufbau während der Gerätturneinheit.			
SS können die Regeln der unterrichteten Sportarten in grundlegender Form benennen	HF5 HF6 HF7 FK PK	Spielleitung im Unterricht und bei Schulturnieren.	Schiedsrichterrolle bei allen Sportspielen.		
SS können die Reaktionen und Anpassungserscheinungen des Körpers bei Belastung nennen	HF2 HF6 HF7 FK PK	Bei unterschiedliche Belastungen Körperreaktionen wahrnehmen und gemeinsam reflektieren. Pulsmessung. Haltungsschulung und ausgewählte Übungen der Funktionsgymnastik. Ausdauerndes Laufen und Spielen. Kraftausdauerbelastungen	Puls- und Atemfrequenz. Transpiration. Konzentrationsfähigkeit. Hautfarbe. Ermüdungserscheinungen und Wohlbefinden. Muskulatur. Auch Trendsportarten einbauen: Inline, Bike and Run, Nordic Walking, Aqua-Jogging, usw.. 10-Minutenlauf, Orientierungslauf, Läufe mit verschiedenen Intentionen.	Falls gesundheitserziehung profilbildend für die Schule sein soll, kann hier eine wesentliche Vertiefung stattfinden.	Innerschulische Zusammenarbeit möglich - Katalog. Schulung der Grundlagenausdauer. Orientierungslauf.

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
Sportbereich II: Individualsportarten					
SS können in den leichtathletischen Disziplinen jeweils eine alters- und schülergemäße Technik ausführen.	HF1, HF2, HF5, HF6 HF7 SK FK Pk	Einführung Hochsprung (Technikschulung) (7). 75m Lauf (7). Einführung Kugelstoßen (8). Einführung Hürdenlauf (Rhythmusschulung) (8)	Sprung ABC, Sprungkrafttraining, Reaktionspiele, Koordinationsschulung,		
SS können längere Läufe absolvieren und eine Ausdauerleistung erbringen.	HF1, HF2, HF6 HF7 FK SK PK	Schulung des Zeit- und Tempo- gefühls. Laufen auf der Bahn und im Gelände.	12-Minutenlauf, Cross-Lauf.	Orientierungslauf	
SS können einen leichtathletischen Mehrkampf bestehend aus Kurzstrecke, Sprung- und Wurfdisziplin absolvieren.	HF1, HF2, HF3, HF4 HF6 HF7 FK SK PK	Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele.	Bundesjugendspiele.		Bei den Bundesjugendspielen den Hochsprung in die Klasse 8 vorziehen, statt Klasse 9.

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
SS können auf der Basis der in Klasse 5 und 6 erlernten turnerischen Grundformen an drei Geräten alters- und schülergemäße Fertigkeiten sowie einfache akrobatische Figuren und normfreie Bewegungen ausführen.	HF1 HF6 HF7 SK FK PK	<u>Mädchen:</u> - Schwebebalken: vorwärts / rückwärts, Drehung, kleine Sprünge, Halteelemente.(8) - Sprung: Flughocke.(7) - Boden: Handstand abrollen, Sprungrolle, Radwende, Rad (links/rechts).(8) -Reck: Aufschwünge / Umschwünge, Unterschwünge.(7) <u>Jungen:</u> - Sprung: Sprunghocke, Hinführung zu Überschlagbewegungen.(7) - Barren: Wende rechts/links, Rolle vorwärts, Oberarmstand. (8) - Boden: Handstand abrollen, Felgrolle, Radwende, Handstützüberschlag vorwärts.(8) -Reck: Aufschwünge / Umschwünge, Unterschwünge.(7)	Gruppenkür mit Musik (synchron). Unterschiedliche Absprunngeräte. Üben in Dreiergruppen. Synchronturnen. Helfen und Sichern in Kleingruppen		
SS können die gymnastischen Grundformen sowie einen Tanzstil in einfacher Form umsetzen.	HF1 HF4 HF6 HF7 SK FK PK	Gymnastische Grundformen mit und ohne Gerät. Verschiedene Tanzformen. Bewegungsformen. Improvisation. Präsentation.	Einfaches Federn, doppeltes Federn, Drehungen, verbinden mit Vorwärtsbewegung.		In beiden Klassenstufen eine Vorführung anbieten.

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
SS können mit zwei Handgeräten umgehen.	HF1 HF4 HF6 HF7 SK FK PK	<u>Mädchen:</u> - Seil (7): 1er-,2er-,3er-Lauf, Schwingen, Werfen/ Fangen, Laufsprung, Pferdchensprung. - Band (8): Spiralen, Kreise, horizontale und vertikale Bewegungen, Sprünge, Drehungen. <u>Jungen:</u> Nach Wahl			In beiden Klassenstufen eine Vorführung anbieten
SS können die erlernten Bewegungsfertigkeiten zu einer Übung nach choreografischen Gesichtspunkten verbinden und diese präsentieren.	HF1 HF2 HF4 HF6 HF7 SK FK PK	Vorgefertigte Übungsverbindungen auf Musik.	Einzelkür mit Handgerät. Gruppenkür als Tanz.		Ziel: Vorführung bei Schulveranstaltungen.
SS Können in zwei Schwimmtechniken schwimmen und haben eine weitere kennen gelernt.	HF1 HF6 HF7 SK FK PK	Vertiefung Brustkraul. Einführung Rückenkraul. Startsprung vom Block.			
SS können eine längere Strecke ohne Pause schwimmen.	HF1 HF2 HF6 HF7 SK FK PK	Grundlagenausdauer. Kraftausdauer.	50m auf Zeit (Brust und Kraul). 12min.-Schwimmen. Auch in wechselnden Techniken.		

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
Sportbereich III: Mannschaftssportarten					
SS können den zu Grunde liegenden Spielgedanken erfassen und ihn im Spiel umsetzen.	HF1, HF2, HF3, HF6 HF7 FK SK PK	Tore bzw. Punkte machen bzw. verhindern sowohl raum- als auch mannbezogen, Überzahlspiele, Parteiballspiele, Rückschlagspiele in verschiedenen Gruppenstärken.	Berücksichtigung von gruppen- und mannschaftstaktischen Aspekten.		
SS können die wesentlichen spielspezifischen Handlungen in Angriff und Abwehr umsetzen.	HF1 HF2 HF3 HF6 HF7 FK SK PK	<p><u>Handball:</u> Freilaufen und Anbieten, Stossen auf Lücke, Positionswechsel durch Kreuzen und Übergänge, Positionsangriff 3:3, Mannbezogene Deckung und 1:5 Abwehr.</p> <p><u>Basketball:</u> Blocken mit weiterspielen, Give and go, Mann-Raum-Verteidigung.</p> <p><u>Volleyball:</u> Verdeutlichen der Positionen und Laufwege, Aufgabenverteilung bei Abwehr und Angriff, Sicherung Angriff und Abwehr.</p> <p><u>Fußball:</u> Freilaufen und Anbieten, Doppelpass, Mann-Mann-Verteidigung.</p>	<p>Parteiballspiele, Aufsetzerhandball, Überzahlspiele 2:1, 3:2+2, 4:3+2, Angriffsspiel 2:2+2, 3:3+2, 4:4+2.</p> <p>Parteiballspiele, Nummernball, Überzahlspiele 2:1, 3:2+1, 4:3+1, Streetball.</p> <p>Mini-Volleyball 2mit2 oder 2:2, 3:3, Quatro-Volleyball.</p> <p>Parteiballspiel, 1:1 mit Bande spielen, Überzahlspiel 3:2+1/ 4:3+1/ 4:4 auf 2Tore (7), 5:5 auf 2Tore (8).</p>		

Bildungsstandard	Leitgedanken HF ; K	Umsetzung im Unterricht	Inhaltliche Vorschläge	Schwerpunkt- und Profilbildung	Bemerkungen
Sportbereich III: Mannschaftssportarten					
<p>SS können die erworbenen Grundtechniken spielspezifisch anwenden.</p>	<p>HF1 HF2 HF3 HF6 HF7 FK SK PK</p>	<p><u>Handball:</u> Passen / Fangen, Prellen, Sprungwurf, Schlagwurf, Torwurf aus versch. Positionen, Körpertäuschung mit oder ohne Ball, Verteidigen 1:1.</p> <p><u>Basketball:</u> Passen / Fangen, Dribbling, Standwurf / Korbleger, Fintieren, Schrittstopp, Sternschritt, Mann-Mann-Verteidigung.</p> <p><u>Volleyball:</u> Pritschen / Baggern, Aufschlag von unten zielgenau, Einführung Schmetterschlag (gehaltene Bälle)(8),Stellen.</p> <p><u>Fußball:</u> Annehmen/Mitnehmen, Passen / Stoppen, Dribbling, Innenseit- / Vollspannstoß, Torschuss aus versch. Positionen, Lauf- und Körperfinten mit und ohne Ball, Manndeckung</p>	<p>Torwurfspiele mit Torwart, 1:1+1.</p> <p>1:1+1</p> <p>Aufschlagspiele, 1mit1, 2mit2.</p> <p>Torschussspiele mit und ohne Torwart, Spiel 4:1 / 3:1, 2:2 mit Bandenspiel.</p>		