

Gymnasium Balingen

Schulinternes Fachcurriculum Sport Klassen 7/8

Klasse 7

| Kerncurriculum – ca. 50 Std. | | | | | |
|--|---|--------------------------|--|-----------------------------------|-------------------------------------|
| Schulcurriculum – ca. 20 Std. | | | | | |
| Pflichtbereich 1: Spielen – ca. 14 h | | | | | |
| Pflichtbereich 1: Spielen – ca. 6 h zur Vertiefung | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Das Fußballspiel für alle gemeinsam spielbar machen Fußball | Kennenlernen verschiedener Fußballspiele (Eckenfußball, Kreisfußball, Kegelfußball,...) - Reflexion: Gemeinsamkeiten und Unterschiede dieser Spiele in Bezug auf das normierte Fußballspiel - Erarbeitung von eigenen Regeln um alle SuS einzubinden - Erprobung individueller „Handicaps“, um die Heterogenität in und zwischen den Mannschaften auszugleichen und die Spielfähigkeit durch Kooperation aller Teammitglieder zu fördern. - Die „Probe aufs Exempel“ – ein Abschlussturnier zur Überprüfung der Wirkung der „Handicaps“ für ein funktionierendes Spiel - Verbesserung der erlernten Techniken (Passen, Stoppen, Dribbeln, Torschuss) | I und V | 1.1; 1.2; 1.4; 3.1; 3.2; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7 | 1, 2, 3, 5, 6, 7, 8, 11, 12 | <i>ca. 6 h</i> <i>ca. 4 h SC</i> |

| | | | | | |
|--|--|---------------------------------|--|-------------------------------|-----------------------|
| | - Überzahlspiele (2+1): 2 Spiel 3:3 und 4:4 | | | | |
| Erfolgreich gegeneinander Handball spielen | Technik: Festigen: Passen/Fangen, Schlagwurf; Einführen: Sprungwurf; Täuschungen, Lauftäuschungen Taktik: Verteidigung zwischen Gegner und Ziel, Anbieten, Freilaufen, Angriffssituationen lösen, Fintieren Vom Aufsetzerball zum Handball, Spielen in Grundsituationen (Stangentorball, Sektorensiele, Parteiball Mattenball,...) | II, V | 1.1; 1.2; 1.4; 3.1; 3.2; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.6; 4.7 | 1, 2,3, 4, 6, 9, 10, 11 | ca. 8 h ca. 2 h SC |
| Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen – ca. 10 h | | | | | |
| Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen – ca. 2 h | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen* | Teilkompetenzen* | Zeit |
| Hoch/Tief starten und schnell sprinten | Startvarianten mit Tiefstart-Einführung und sprinten Startblöcke einstellen und starten: Startübungen, Reaktionsübungen (spielerisch-koordinativ), 75 m Sprint (Zeit) | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 1, 5, 7 | ca. 4 h |
| Wie springe ich möglichst weit und hoch? | Anlaufdistanz und -geschwindigkeit variieren, Absprung vom Balken mit Schwungbeineinsatz, zweckmäßig landen, Wettkampfregelein Einführung: Hochsprung | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 1, 5, 7 | ca. 4 h |
| Weit und genau werfen mit verschiedenen Bällen | (Basketball, Football...) geradlinige Würfe Langer Beschleunigungsweg, Stemmschritt, Impulsübertragung, hoher Ellbogen Abwurfwinkel variieren Weit- und Zielwürfe kombinieren Einführung: Kugelstoßen (Mä: 3 kg , Ju: 4 kg) | I,II,V | | | ca. 2 h ca. 2 h SC |

| Pflichtbereich 3: Bewegen an Geräten – ca. 10 h | | | | | |
|--|---|--------------------------|---|--|---------|
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Wir setzen uns mit der Sprunghocke über den Kasten quer auseinander | Entwicklung der Bewegungsvorstellung durch - bewegte und statische Bilder - Rückmeldung unterschiedlicher Art Kompetenzerwerb an verschiedenen Stationen mit binnendifferenzierten Aufgabenkarten und Beobachtungskarten | I, III, V | 1.1; 1.2; 1.4; 3.1; 3.2; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.4; 4.6; 4.7 | 2, 3, 5, 6, 7, 10 | ca. 6 h |
| Wir turnen im Team an dem gleichen Gerät (Boden/Reck/Barren) | Eigenständiges Gestalten einer Gruppenübung aus den Bewegungsfertigkeiten Boden: Felgrolle, Radwende, Handstand abrollen, Gymn. Elemente Reck: Klimmzug, Auf-, Unter- und Umschwünge Üben der Bewegungsfertigkeiten in Kleingruppen. Barren: Wendekehre, Kippspreizaufschwung in Grätschsitz Schwebebalken: Aufhocken, Absenken in den Spreizwinkelsitz, Standwaage, Sprünge, Radwende | I, III, V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.6; | 1, 3, 4, 8, 9 | ca. 4 h |
| Pflichtbereich 5: Fitness entwickeln – ca. 6 h | | | | | |
| Pflichtbereich 5: Fitness entwickeln – ca. 4 h zur Vertiefung | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Lauf dich fit - entspannt und freudvoll - ausdauernd laufen | <i>Evtl. integrativ im Pflichtbereich Laufen, Springen, Werfen</i> -Ziel: 20 Min. in individuellem Tempo laufen, Leistungen systematisch verbessern und erfassen Eingangstest, -Abschluss: 20-Minuten-Lauf-Challenge für alle | I, II, V, VI | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 4,6,8,10 + 1, 3, 4, 6, 7, 8, 10 | ca. 6 h |

| | -Bedeutung der Ausdauer für die Gesundheit thematisieren | | | | |
|---|--|---------------------------------|--|-----------------------------------|------------------------|
| Laufwettkampf | Vorbereitung auf den und Teilnahme am Waldlaufstag | I, II, V, VI | | | ca. 4 h SC |
| Wahlbereich 2/3: Miteinander/gegeneinander kämpfen oder Tanzen, Gestalten, Darstellen – ca. 10 h | | | | | |
| Wahlbereich 2/3: Miteinander/gegeneinander kämpfen oder Tanzen, Gestalten, Darstellen – ca. 2 h zur Vertiefung | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Gemeinsam kämpfen lernen | Kooperations- und Vertrauensspiele - Zieh- und Schiebekämpfe - Ordnungsrahmen, Rituale und Regeln (Regelplakat, Kleidung, Sicherheit) - Kämpfe am Boden um Raum und um Gegenstände - Kämpfe am Boden um Körperlage (z. B. Schildkröte umdrehen/Drehtechnik, Haltetechniken liegend, Befreiungstechniken am Boden) - eigene Kampfspiele entwickeln - Kämpfe im Stand: (um Gegenstände, um Raum) - spielerische Technikvermittlung/ Bewegungsvermittlung: (Wurftechniken, Falltechniken) - Fintieren und Kontern - Ein Turnier organisieren und durchführen | I, IV und V | 1.1; 1.2; 1.3; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7 | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 | ca. 10 h ca. 2 h SC |

| | | | | | |
|---|--|-----------|--|-----------------------|------|
| Alternativ: Wir gestalten eine tänzerische Choreo- grafie und präsentieren sie | <ul style="list-style-type: none"> - Erarbeiten von anspruchsvolleren vorgegebenen Grundschritten als Differenzierung mit Armbewegungen - Erkennen der Liedstruktur und Zuteilung/ Zuordnung der Schritte - Erarbeiten, Einüben und Festigen einer - Erarbeiten von Gestaltungskriterien (z. B. Raum, Zeit, Dynamik und deren Variationsmöglichkeiten) - Umsetzung eigener Ideen in Kleingruppen und Erarbeitung der Gruppenchoreografie - Dokumentation der Schrittfolgen und Laufwege - Gemeinsame Reflexion der Arbeitsergebnisse in Kleingruppen anhand eines Beobachtungsbogens (Gestaltungskriterien) - Präsentation in Kleingruppen | I, III, V | 1.2; 1.3; 1.4; 2.3; 3.1; 3.2; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.6; | 1, 2,4, 5, 6, 7, 8 | s.o. |
|---|--|-----------|--|-----------------------|------|

Schulcurriculum (ca. 20 Std.)

Generelle Vorbemerkungen: Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, andererseits der verbindlichen Festlegung schulspezifischer Vereinbarungen (z. B. regelmäßige Turniere, besondere Sportarten etc.)

| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompeten- zen | Inhaltlich Teilkom- petenzen | Zeit |
|----|--|--------------------------------|------------------------------|------------------------------------|------|
| | <i>Vertiefung Pflichtbereich 1 (s.o.)</i> | | | | 6 h |
| | <i>Vertiefung Pflichtbereich 2 (s.o.)</i> | | | | 2 h |
| | <i>Waldlaufitag + weitere Vertiefung Pflichtbereich 5 (s.o.)</i> | | | | 4 h |
| | <i>Vertiefung Wahlbereich 2/3 (Kampfsport?!)</i> | | | | 2 h |
| | <i>Freie Vertiefung</i> | | | | 6 h |

Gymnasium Balingen

Schulinternes Fachcurriculum Sport Klassen 7/8

Klasse 8

| Kerncurriculum – ca. 50 Std. | | | | | |
|---|---|--------------------------|---|----------------------------|-----------------------|
| Schulcurriculum – ca. 20 Std. | | | | | |
| Pflichtbereich 1: Spielen – ca. 14 h | | | | | |
| Pflichtbereich 1: Spielen – ca. 6 h zur Vertiefung | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Volleyball vom 2 : 2 zum 3 : 3 | <ul style="list-style-type: none"> - Überprüfung der Grundtechniken im 1 mit 1 - Taktische Fähigkeiten im „Ball über die Schnur“ (1 : 1) - vom 2 mit 2 bis zum 3 : 3 Mini-VB - selbständiges Erarbeiten taktischer Grundkonzeptionen im Volleyball (Verdeutlichen der Positionen und Laufwege) - mit geeigneten Übungs- und Spielformen die technische Ausführung der Grundtechniken verbessern (Richtungspritschen, hohes und genaues Zuspiel, Aufschlag von unten, Annahme des Aufschlags, Einführung des Angriffsschlags mit gehaltenen Bällen) - Wettkämpfe (Kaiserspiel...) <p>Reflexionsaufgaben (Feedback)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Thematisierung der sportpädagogischen Perspektive im Unterrichtsgespräch | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7 | 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8 | ca. 6 h ca. 4 h SC |

| Wir lernen vielseitig und erfolgreich spielen. Basketball | Basketballspezifische Basisfertigkeiten: Werfen, Dribbeln, Passen ohne und mit Gegenspielern Gruppentaktische Maßnahmen wie Schneiden zum Korb und Ersetzen, Doppelpass, „Give and Go“, „In and Out“, Mann-Mann-Verteidigung Verbessern des Zusammenspiels durch Regeländerungen Verbesserung: Korbleger, Sternschritt, Positionswurf Einführung: Rebound | I, II, V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.2; 3.2; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.5; 4.6; 4.7 | 1,2,4,5,6, 7,8,9,13 | <i>ca. 8 h</i> <i>ca. 2 h SC</i> |
|--|--|--------------------------------|---|------------------------|-------------------------------------|
| Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen – ca. 12 h | | | | | |
| Pflichtbereich 2: Laufen, Springen, Werfen – ca. 4 h | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Teilkompetenzen | Zeit |
| Wie springe ich möglichst hoch? | <ul style="list-style-type: none"> - Schersprung - Flop mit kurvenförmigem Anlauf; Erarbeitung von Anlauf (Radius), Absprung (Entfernung zur Latte), Sprungbein und Körperstreckung im Flug, Körperhaltung bei Lattenüberquerung, Landung auf dem Rücken | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 1, 5, 7 | <i>ca. 6 h</i> <i>ca. 1 h SC</i> |
| Vom Werfen zum Stoßen | Über vielfältiges Werfen verschiedene Wurfarten erfahren: <ul style="list-style-type: none"> - Vom Ein-Schritt-Wurf über den Drei-Schritt-Wurf zum Schlagwurf „Drei-Plus“ - Drehwürfe mit Fahrradreifen, Tennisringen, Schleuderbällen - Einführung des Stoßens mit Medizinbällen (> 1,5 kg) - Standstoß und Angehtechnik (3/4kg-Kugel) | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 1, 5, 7 | <i>ca. 6 h</i> <i>ca. 1 h SC</i> |

| Die Leistung im leichtathletischen Team-Wettkampf: 2 aus 4 | <p>Die SuS führen in Kleingruppen (an die Gruppengröße angepasst) einen Teamwettkampf durch, bei dem jede/r in zwei der leichtathletischen Disziplinen startet (75 m, Sprint, Weitsprung oder Hochsprung, Kugelstoßen, 25-Minutenlauf).</p> <p>Innerhalb der Gruppe müssen alle Disziplinen mindestens zweimal absolviert werden. Individuelle Leistungen werden im Team zur Gruppenleistung zusammengeführt.</p> | I,II,V | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1; 2.2; 3.1; 3.2; 3.3; 3.6; 4.1; 4.2; 4.3; 4.4; 4.7 | 1, 5, 7 | ca. 2 h SC |
|---|---|--------------------------|--|----------------------------|------------|
| Pflichtbereich 3: Bewegen an Geräten – ca. 10 h | | | | | |
| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
| Wir erarbeiten eine kurze Kür an einem Gerät | <p>Boden: Felgrolle, Radwende, Handstand abrollen, Gymn. Elemente</p> <p>Barren: Wenden und Kehren, Rollen vorwärts, Kippe aus dem Sturzhang in Grätschsitz, Oberarmstand???</p> <p><i>Alternativ:</i></p> <p>Reck: Klimmzug, Auf-, Unter- und Umschwünge</p> <p>Balken: Schrittarten, Sprünge, beidbeinige Drehungen, Auf- und Abgänge (Radwende)</p> | I, III, V | 1.1; 1.2; 1.4; 3.1; 3.2; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.4; 4.6; 4.7 | 2, 3, 5, 6, 7, 10 | ca. 10 h |

Pflichtbereich 5: Fitness entwickeln (hier ein UV integrativ im Pflichtbereich Bewegen an Geräten) – ca. 6 h

Pflichtbereich 5: Fitness entwickeln – ca. 4 h

| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
|--|--|--------------------------|---|-----------------------------------|------------|
| Entwicklung von turnerischen Fähig- und Fertigkeiten an Hang- und - Stützgeräten zur Erweiterung von Bewegungserfahrungen und Erwerb von Wissen über die dazu notwendige Fitness | <p><i>Evtl. integrativ im Pflichtbereich: Bewegen an Geräten</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Hängen - Schwingen - Stützen <p>Wir erarbeiten turnerische Grundelemente mit Hilfe von spielerischen Übungen (Hängetorwart, Stützwandern, Korbleger, Matte überwinden,...)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erstellen eines turnspezifischen Kraft(ausdauer)zirkels und Reflexion über den Fitnessbegriff. - Erweiterung des turnspezifischen Kraftausdauerzirkels zu einem gesundheitsorientiertem Fitnesstraining | I, IV, VI | 1.1; 1.2; 1.4; 2.1, 2.1, 3.1; 3.2; 3.4; 3.5; 3.6; 4.1; 4.2; 4.4; 4.6; 4.7 | 1, 2, 3, 5, 7, 8, 9, 10, 11 | ca. 6 h |
| Fitnesstraining | <i>Zirkeltraining, ...</i> | | | | ca. 4 h SC |

Wahlbereich 1: Spielen – ca. 10 h

Wahlbereich 1: Spielen – ca. 2 h zur Vertiefung

| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompetenzen | Inhaltlich Teilkompetenzen | Zeit |
|----------------------------------|---|--------------------------|----------------------|----------------------------|------------------------|
| Badminton | | | | | ca. 10 h ca. 2 h SC |
| Alternativ: Wir fahren Roller | | | | | |

Schulcurriculum (ca. 23 Std.)

Generelle Vorbemerkungen: Das Schulcurriculum dient einerseits der Übung und Vertiefung, andererseits der verbindlichen Festlegung schulspezifischer Vereinbarungen (z. B. regelmäßige Turniere, besondere Sportarten etc.)

| UV | Konkretisierung, Vorgehen im Unterricht | Sportpäd. Perspektive ** | Prozess. Kompeten- zen | Inhaltlich Teilkom- petenzen | Zeit |
|------------------|---|--------------------------------|------------------------------|------------------------------------|------|
| | <i>Vertiefung Pflichtbereich 1 (s.o.)</i> | | | | 6 h |
| | <i>Vertiefung Pflichtbereich 2 (s.o.)</i> | | | | 4 h |
| Fitnessstraining | <i>Pflichtbereich 5 (s.o.)</i> | | | | 4 h |
| | <i>Vertiefung Wahlbereich 1 (s.o.)</i> | | | | 2 h |
| | <i>Freie Vertiefung</i> | | | | 4 h |

* Prozessbezogene und inhaltsbezogene Kompetenzen sind im Bildungsplan niedergeschrieben.

** Abkürzungsverzeichnis der sportpädagogischen Perspektiven

(I) Wahrnehmungsfähigkeit verbessern und Bewegungserfahrungen erweitern

(II) Das Leisten erfahren und reflektieren

(III) Sich körperlich ausdrücken und Bewegungen gestalten

(IV) Etwas wagen und verantworten

(V) Gemeinsam handeln, wettkämpfen und sich verständigen

(VI) Gesundheit verbessern und Gesundheitsbewusstsein entwickeln