



## Schulcurriculum Sport (Klasse 7 und 8)

**Legende:**                    **Sc:** Schulcurriculum

**Blaue Schriftfarbe:** kognitiv-reflexive bzw. kreativ-gestalterische Kompetenzen

**Schwarze Schriftfarbe:** motorische Kompetenzen

**Allgemeine Hinweise:** Die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche sind in Pflichtbereiche und in Wahlpflichtbereiche unterteilt. Im Verlauf des Unterrichts in der Klassenstufe 7/8 werden die 3 Pflichtbereiche (-Laufen, Springen, Werfen-, -Bewegen an Geräten- und -Fitness entwickeln-) mindestens einmal behandelt.

**Sc:** Der Pflichtbereich -Spielen- ist sowohl in Klassenstufe 7 wie auch in Klassenstufe 8 ein zentrales Unterrichtselement.

Im Verlauf der Klassen 7/8 werden im Inhaltsbereich „Spielen“ von den Sportspielen Basketball, Fußball, Handball, Volleyball und Badminton mindestens drei, davon zwei Zielschuss-/Zielwurfspiele und ein Rückschlagspiel, behandelt.

Aus den unten aufgeführten Wahlpflichtbereichen ist mindestens 1 Inhaltsbereich zu unterrichten.

**Sc: Badminton und Tischtennis müssen in 7/8 je einmal gespielt werden.**

Neben den inhaltsbezogenen Kompetenzbereichen, die nachfolgend explizit aufgeführt sind, ist die Förderung prozessbezogener Kompetenzbereiche ein zentrales Element des Schulsports. Die prozessbezogenen Kompetenzen sind in folgende Bereiche bzw. Felder gegliedert:

- Bewegungskompetenz
- Reflexions- und Urteilskompetenz
- Personalkompetenz
- Sozialkompetenz

### Stufenspezifische Hinweise:

- Die Einführung und Verbesserung der technischen und taktischen Elemente im Tischtennis oder/und Badminton oder/und Hallenhockey stellt einen verbindlichen Unterrichtsinhalt dar.
- Der Faktor -Ausdauer- ist ein zentrales Element bei der Verbesserung physischer Leistungsfaktoren (Theorie-Praxisverknüpfung als kognitives Element!).
- Übungs- und Spielformen zur Verbesserung koordinativer Fertigkeiten bilden ein zentrales Element im Sportunterricht.
- Durch Spaß an vielfältiger Bewegung sollen die Grundlagen für ein lebenslanges Sporttreiben geschaffen werden.



Inhaltsbezogene Kompetenzen	Schwerpunkte und Hinweise
<p><b>Pflichtbereich -Spielen-:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sportspielspezifische Bewegungstechniken und Balltechniken in Gleichzahlspielen anwenden</li> <li>- in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel (zum Beispiel 3:3 oder 4:4) handeln</li> <li>- manschaftstaktische Elemente im reduzierten Zielspiel anwenden</li> <li>- bei ihrem sportlichen Bewegunghandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln</li> <li>- Spielsituationen auf Darstellungen (zum Beispiel Foto, Video, Grafik) erkennen, beschreiben und erklären</li> <li>- spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen und erläutern</li> <li>- Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren</li> <li>- regelgerecht und fair -auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter- spielen</li> <li>- Spielleitungsaufgaben übernehmen</li> <li>- die eigene Spielfähigkeit einschätzen</li> <li>- mit Emotionen (zum Beispiel bei Konflikten, Sieg oder Niederlage) umgehen und sie reflektieren</li> </ul>	<p>zum Beispiel Passen und Annehmen in der Bewegung, Wurf- und Schusstechniken, Clear, Oberes und Unteres Zuspiel, Aufschlag, Angriffs- und Abwehraktionen</p> <p>zum Beispiel Anbieten, Passen und Freilaufen, Doppelpass, Stoßen auf Lücke, Schneiden zum Korb, Hinterlaufen, Ball zum Ziel / in Netznähe bringen, sich gegenseitig helfen, Abstand zum Angreifer halten, Übergeben und Übernehmen</p> <p>zum Beispiel Umschalten von Abwehr auf Angriff, Annahmeriegel, Zuspiel über Position 3</p> <p><b>Sc:</b> In allen klassischen Mannschaftssportarten (Vb, Bb, Vb, Fb) steht die Verbesserung der Bereiche Technik bzw. Individualtaktik sowie das Kennenlernen erster grundlegender Elemente der Gruppentaktik und Mannschaftstaktik im Vordergrund</p> <p><b>Sc:</b> Grundtechniken im Tischtennis, Hallenhockey und/oder Badminton erlernen</p>



- Spielregeln selbstständig variieren

- Spiele wettkampfgemäß organisieren

**Pflichtbereich -Laufen, Springen, Werfen-:**

- unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale schnell laufen und über Hindernisse laufen

- unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale hoch springen und weit springen

- unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit werfen, stoßen und/oder schleudern

- 30 Minuten ohne Unterbrechung laufen

- aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Wurf/Stoß jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen

- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln

- leistungsbestimmende Merkmale und Techniken nennen, beschreiben und erklären

- die eigene Leistung realistisch einschätzen

- leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) erkennen, benennen und korrigieren

- die eigene Leistungsentwicklung beschreiben und dokumentieren (zum Beispiel durch ein Sportportfolio)

- sich bei Bewegungs- und Teamaufgaben verständigen, gemeinsam handeln und sie allein oder in der Gruppe lösen

**Pflichtbereich -Bewegen an Geräten-:**

zum Beispiel Torgröße, Spielerzahl

Ballenlauf als Voraussetzung für schnelles Laufen; Rhythmisierung beim Laufen über Hindernisse

Bogenförmiger Anlauf beim Hochsprung; Bedeutung der Anlaufgeschwindigkeit beim Weitsprung

Stemmbeineinsatz bei Würfeln; hoher Ellbogen beim Kugelstoß



- turnerische Grundtätigkeiten unter erschwerten Bedingungen ausführen
- weitere normgebundene Turnfertigkeiten an zwei Turngeräten aus den verschiedenen Strukturgruppen ausführen
- Helfergriffe sachgerecht anwenden
- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln
- leistungsbestimmende Merkmale turnerischer Fertigkeiten nennen und erklären
- leistungsbestimmende Merkmale und Fehler bei sich und anderen mit Hilfsmitteln (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) erkennen, benennen und korrigieren
- Techniken des Helfens und Sicherns beschreiben (zum Beispiel Klammergriff)
- erlernte normgebundene turnerische Fertigkeiten in Bewegungsverbindungen präsentieren
- aus Grundtätigkeiten des Turnens, akrobatischen Elementen und turnerischen Fertigkeiten Bewegungsverbindungen gestalten und präsentieren (zum Beispiel Partner- und Gruppenakrobatik, miteinander turnen an Gerätekombinationen und Gerätebahnen)
- gemäß ihren individuellen Leistungsvoraussetzungen Wagnis- und Leistungssituationen mit normgebundenen und normungebundenen Fertigkeiten selbstständig und in der Gruppe lösen (zum Beispiel Bewegungsaufgaben wie „Springen und Fliegen“, Parkour)

zum Beispiel Schwingen, Springen, Balancieren und Klettern in verschiedenen Ausführungen und Schwierigkeitsgraden

zum Beispiel Handstützüberschlag unter erleichterten Bedingungen, Sprunghocke über den Kasten etc.

zum Beispiel Klammergriff



**Pflichtbereich -Fitness entwickeln-:**

- in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen
- Mobilisations- und Dehnübungen korrekt ausführen und Entspannungstechniken anwenden
- ein individuelles Fitnessstraining ausführen
- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln
- Entspannungstechniken und deren Bedeutung beschreiben
- ihren Fitnesszustand realistisch einschätzen
- das Herz-Kreislauf-System sowie wichtige Muskelgruppen funktional beschreiben
- Fitnessübungen zielgerichtet auswählen
- ihren konditionellen Entwicklungsprozess wahrnehmen und dokumentieren
- schulische und außerschulische Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer Fitness einschätzen

**Wahlpflichtbereich -Miteinander/gegeneinander kämpfen-:**

- Grundfertigkeiten im Bereich von Fall-, Wurf- und Bodentechniken ausführen und anwenden
- taktische Fähigkeiten beim Kämpfen anwenden
- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln

zum Beispiel sportspielspezifische Ausdauer oder Krafttest

zum Beispiel Muskeltraining oder Ausdauertraining

zum Beispiel Sauerstofftransport, Prinzip Beuger – Strecker

zum Beispiel zur Kräftigung der Bauch- und Rückenmuskulatur, zur Verbesserung der Ausdauer

zum Beispiel Lauftagebuch, Fitness-Apps

auch medialer Art

zum Beispiel Hüftwurf, Beinangriff außen

zum Beispiel Ausweichen, Fintieren



- die Fallprinzipien (zum Beispiel die auftreffende Körperfläche muss groß sein) nennen und erklären
- Funktionen einer Konter-, Ausweich-, Fall- oder Wurfbewegung nennen und erklären
- Möglichkeiten nennen, um Chancengleichheit bei Zweikämpfen herzustellen
- Rituale und Regeln des Zweikampfens einhalten, anpassen und deren Bedeutung erklären
- ein Zweikampfturnier (zum Beispiel Sumo-Turnier) mit Unterstützung planen (zum Beispiel Regeln, Ermittlung des Siegers, Erhaltung der Chancengleichheit) und ausführen

#### **Wahlpflichtbereich -Fahren, Rollen, Gleiten-:**

- sich auf der Basis der bereits erlernten Techniken in komplexen Bewegungssituationen unter Berücksichtigung von Material, Geschwindigkeit, Raum und Gelände sicher fortbewegen
- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln
- Gefahrenmomente beim Fahren, Rollen oder Gleiten für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen
- Verhaltensregeln beim Sport treiben in der Natur benennen und sich beim Fahren, Rollen oder Gleiten umweltgerecht verhalten
- komplexe Bewegungsaufgaben allein oder in der Gruppe gestalten und lösen (zum Beispiel auch, um Schülerinnen und Schüler mit unterschiedlicher Begabung und/oder Voraussetzung einzubeziehen)



### **Wahlpflichtbereich -Tanzen, Gestalten, Darstellen-:**

- weitere gymnastische und tänzerische Grundformen (zum Beispiel Federn, Drehungen, Abwürfe) rhythmisiert und raumorientiert demonstrieren
- weitere Techniken (zum Beispiel Schwünge, Spiralen) mit Handgeräten und Materialien in einfache Bewegungsverbindungen integrieren und demonstrieren
- vorgegebene Bewegungen in komplexeren Verbindungen zum Rhythmus von Musik umsetzen
- Merkmale von Bewegungsqualität demonstrieren (zum Beispiel Bewegungstempo, Körperhaltung)
- bei ihrem sportlichen Bewegungshandeln zu verschiedenen Sinnrichtungen eigene Positionen entwickeln
- sich eine Bewegungskombination einprägen und diese dokumentieren (zum Beispiel einfache Schrittfolgen oder Laufwege)
- Kriterien von Bewegungsqualität (zum Beispiel Körperspannung, Bewegungstempo, Körperhaltung) nennen und die Bewegungsqualität bei anderen erkennen und bewerten
- Gestaltungskriterien und mögliche Variationen benennen (zum Beispiel Aufstellungsformationen beziehungsweise Raumwege ändern, andere Levels einnehmen)
- einfache Funktionsweisen von Musik auf Bewegungsabläufe anwenden (zum Beispiel Einzählen und Takte auf Bewegungsabläufe anwenden)
- Rhythmus erfassen (zum Beispiel Einsätze geben) und strukturieren (zum Beispiel Achterbögen zusammenfassen)

**Sc:** Kennenlernen eines modernen Tanzstils (in Einzel- oder Gruppenarbeit Choreographien erarbeiten und darbieten; dabei verschiedene Raumwege und Bewegungsebenen nutzen)



- Feedback (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) zur Verbesserung der Bewegungsqualität nutzen
- Gestaltungskriterien auf eine Bewegungsverbindung anwenden und variieren
- in einer Paar- oder Gruppengestaltung eine gymnastische oder tänzerische Bewegungsfolge choreografieren und präsentieren