



Schulcurriculum Sport (Klasse 9)

Legende: **Sc:** Schulcurriculum

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

Schwarze Schriftfarbe: motorische Kompetenzen

Allgemeine Hinweise: Die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche sind in Pflichtbereiche (Spielen und Fitness entwickeln) und in Wahlpflichtbereiche unterteilt. Im Verlauf des Unterrichts in der Klassenstufe 9 werden von den 3 Wahlpflichtbereichen (-Laufen, Springen, Werfen-/ -Bewegen an Geräten/ und Tanze/Gestalten) mindestens eines behandelt.

Sc: Der Pflichtbereich -Spielen- ist in Klassenstufe 9 ein zentrales Unterrichtselement.

Im Verlauf der Klassen 9 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 9/10 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 Verbesserung der technischen und taktischen Elemente im Tischtennis oder/und Badminton oder/und Hallenhockey stellt einen verbindlichen Unterrichtsinhalt dar.
- Der Faktor Kraft wird neben der Ausdauer zum zentralen 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>Pflichtbereich -Spielen-:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sportspielspezifische Bewegungstechniken und Balltechniken in Gleichzahlspielen anwenden - in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel (zum Beispiel 3:3 oder 4:4) handeln - manschaftstaktische Elemente im reduzierten Zielspiel anwenden - Die Bedeutung des Inhaltsbereichs als Freizeitaktivität reflektieren. - wesentliche Grundtechniken nennen und beschreiben - Spielsituationen auf Darstellungen (zum Beispiel Foto, Video, Grafik) erkennen, beschreiben und erklären - spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen und erläutern - Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren - regelgerecht und fair -auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter- spielen - Spielleitungsaufgaben übernehmen - die eigene Spielfähigkeit einschätzen - mit Emotionen (zum Beispiel bei Konflikten, Sieg oder Niederlage) umgehen und sie reflektieren 	<p>In allen klassischen Mannschaftssportarten (Vb, Bb, Vb, Fb) steht eine weitere Verbesserung der Bereiche Technik bzw. Individualtaktik sowie die Verbesserung grundlegender Elemente der Gruppentaktik und Mannschaftstaktik im Vordergrund</p> <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>Sc: 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>Sc: Grundtechniken im Tischtennis, Hallenhockey und/oder Badminton werden verfeinert. (Tischtennis und Badminton müssen beide einmal in 9 oder 10 unterrichtet werden.)</p>



- Spielregeln selbstständig variieren

- Spiele wettkampfgemäß organisieren

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

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



Wahlpflichtbereich -Laufen, Springen, Werfen-:

- unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit stoßen
- 30 Minuten ohne Unterbrechung laufen
- aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Wurf/Stoß jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen
- Die Bedeutung des Inhaltsbereichs als Freizeitaktivität reflektieren.
- 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

Wahlpflicht: -Bewegen an Geräten-:

- turnerische Grundtätigkeiten unter erschwerten Bedingungen ausführen
- weitere normgebundene Turnfertigkeiten an zwei Turngeräten aus den verschiedenen Strukturgruppen ausführen
- Helfergriffe sachgerecht anwenden

Gelernte Techniken aus 7/8 verbessern und verfeinern.

Sc: Spezifisches Training und Leistungsüberprüfung verschiedener Ausdauerformen (Cooper-Test, Shuttle-Run u.a.)

Turnerische Fertigkeiten an mindestens 2 Geräten weiterentwickeln

Schüler erbringen an mindestens 2 Geräten Leistungen und zeigen hierbei selbstständig zusammengestellte Übungsverbindungen

Bewegungen aus der Akrobatik und dem normfreien Turnen



- 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)

Wahlpflichtbereich -Tanzen, Gestalten, Darstellen-:

- weitere gymnastische und tänzerische Grundformen (zum Beispiel Federn, Drehungen, Abwürfe) rhythmisiert und raumorientiert demonstrieren
- weitere Techniken (zum Beispiel Rollen, Werfen, Schwingen) mit Handgeräten und Materialien in einfache Bewegungsverbindungen integrieren und demonstrieren

Bewusstes Erfahren der Dimensionen Zeit und Raum Bewusste Bewegungserfahrung

Umgang mit einem weiteren Handgerät
Verbessern des bisher erlernten Tanzstils



- 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)
- 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



Schulcurriculum Sport (Klasse 10)

Legende: Sc: Schulcurriculum

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

Schwarze Schriftfarbe: motorische Kompetenzen

Allgemeine Hinweise: Die inhaltsbezogenen Kompetenzbereiche sind in Pflichtbereiche (Spielen und Fitness entwickeln) und in Wahlpflichtbereiche unterteilt. Im Verlauf des Unterrichts in der Klassenstufe 10 werden von den 3 Wahlpflichtbereichen (-Laufen, Springen, Werfen/- Bewegungen an Geräten/ und Tanze/Gestalten; Bewegen im Wasser) mindestens eines behandelt.

Sc: In Klasse 10 erfolgt eine Einheit „Bewegen im Wasser“.

Sc: Der Pflichtbereich -Spielen- ist in Klassenstufe 10 ein zentrales Unterrichtselement.

Im Verlauf der Klassen 10 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: In Klasse 10 wird Tischtennis gespielt.

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 Verbesserung der technischen und taktischen Elemente im Tischtennis oder/und Badminton oder/und Hallenhockey stellt einen verbindlichen Unterrichtsinhalt dar.
- Die Praxis-Theorie-Verknüpfung muss an drei Bereiche gekoppelt werden.
- Zunahme des Handlungswissens
- 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>Pflichtbereich -Spielen-: Handball und Basketball (verpflichtend)</p> <ul style="list-style-type: none"> - sportspielspezifische Bewegungstechniken und Balltechniken in Gleichzahlspielen anwenden - in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel (zum Beispiel 3:3 oder 4:4) handeln - manschaftstaktische Elemente im reduzierten Zielspiel anwenden - Die Bedeutung des Inhaltsbereichs als Freizeitaktivität reflektieren. : - wesentliche Grundtechniken nennen und beschreiben - Spielsituationen auf Darstellungen (zum Beispiel Foto, Video, Grafik) erkennen, beschreiben und erklären - spielspezifisch wichtige Taktiken für erfolgreiches Spielen nennen und erläutern - Fachbegriffe, Regeln und Taktiken dokumentieren - regelgerecht und fair -auch ohne Schiedsrichterin oder Schiedsrichter- spielen - Spielleitungsaufgaben übernehmen - die eigene Spielfähigkeit einschätzen - mit Emotionen (zum Beispiel bei Konflikten, Sieg oder Niederlage) umgehen und sie reflektieren 	<p>In allen klassischen Mannschaftssportarten (Vb, Bb, Vb, Fb) steht eine weitere Verbesserung der Bereiche Technik bzw. Individualtaktik sowie die Verbesserung grundlegender Elemente der Gruppentaktik und Mannschaftstaktik im Vordergrund</p> <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>Theorie-Praxis-Verknüpfung (Pflicht):</p> <p>Übergeordnetes Ziel der Einheiten ist der Erwerb einer allgemeinen Spielfähigkeit. Mindestens ein Unterrichtsvorhaben zielt im Besonderen auf die Verknüpfung von Theorie und Praxis in integrativer Form ab. Von der Praxis ausgehend werden basierend auf sportwissenschaftlichen Theoriebeständen „Probleme“ des Sport- spiels gelöst. (z. B. Vergleich Handball – Basketball => Unterrichtsvorhaben siehe Tauschverzeichnis)</p> <p>Sc: 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>



- Spielregeln selbstständig variieren
- Spiele wettkampfgemäß organisieren

Pflichtbereich -Fitness entwickeln-: (Pflicht)

- in sportlichen Anforderungssituationen entwicklungsgemäß angepasste konditionelle und koordinative Leistungen erbringen
- Mobilisations- und Dehnübungen korrekt ausführen und Entspannungstechniken anwenden
- ein individuelles Fitnesstraining 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

Sc: Grundtechniken im **Tischtennis**, Hallenhockey und/oder Badminton werden verfeinert. (Tischtennis und Badminton müssen beide einmal in 9 oder 10 unterrichtet werden.)

Theorie-Praxis-Verknüpfung (Pflicht):

Dabei stehen das Erproben und die eigene Gestaltung im Mittelpunkt. Ziel ist es, die Voraussetzungen zu schaffen, dass die Schülerinnen und Schüler fähig sind, ihre körperliche Fitness eigenständig zu verbessern und die Bedeutung eines gesundheitsorientierten Muskeltrainings für ihr physisches wie psychisches Wohlbefinden zu erfahren. (Konkretes Unterrichtsvorhaben siehe Tauschverzeichnis)

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



Wahlpflichtbereich -Laufen, Springen, Werfen-: (Pflicht)

- unter Berücksichtigung grundlegender Technikmerkmale weit stoßen
- 30 Minuten ohne Unterbrechung laufen
- aus zwei der drei Bereiche Sprint, Weit-/Hochsprung und Wurf/Stoß jeweils eine Disziplin wettkampfgerecht ausführen
- Die Bedeutung des Inhaltsbereichs als Freizeitaktivität reflektieren.
- 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

Wahlpflicht: -Bewegen an Geräten-: (Pflicht)

- turnerische Grundtätigkeiten unter erschwerten Bedingungen ausführen
- weitere normgebundene Turnfertigkeiten an zwei Turngeräten aus den verschiedenen Strukturgruppen ausführen
- Helfergriffe sachgerecht anwenden

Gelernte Techniken aus 7/8 verbessern und verfeinern.

Sc: Spezifisches Training und Leistungsüberprüfung verschiedener Ausdauerformen (Cooper-Test, Shuttle-Run u.a.)

Theorie-Praxis-Verknüpfung (Pflicht):

Bei einem Unterrichtsvorhaben erfahren die Schülerinnen und Schüler auf der Grundlage eigener Erfahrungen die Bedeutung der Prinzipien einer methodischen Übungsreihe und wenden diese auch an. Sie erhalten somit einen Einblick in das Bewegungslernen. Durch das Erwerben von Fachwissen aus dem Bereich der Bewegungslehre (Bewegungsbeschreibung, Bewegungsanalyse, biomechanische Grundlagen) vergrößern sie ihr Handlungswissen und verbessern ihr Bewegungskönnen. (konkretes Unterrichtsvorhaben siehe Tauschverzeichnis)



- 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 Bewegungen beschreiben und dokumentieren
- die Phasengliederung einer Bewegung an Beispielen beschreiben
- erlernte Bewegungen aus biomechanischer Sicht erklären
- 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)

Wahlpflichtbereich -Tanzen, Gestalten, Darstellen-:

Turnerische Fertigkeiten an mindestens 2 Geräten weiterentwickeln

Schüler erbringen an mindestens 2 Geräten Leistungen und zeigen hierbei selbstständig zusammengestellte Übungsverbindungen

Bewegungen aus der Akrobatik und dem normfreien Turnen



<ul style="list-style-type: none">- weitere gymnastische und tänzerische Grundformen (zum Beispiel Federn, Drehungen, Abwürfe) rhythmisiert und raumorientiert demonstrieren- weitere Techniken (zum Beispiel Rollen, Werfen, Schwingen) 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)- Feedback (zum Beispiel Beobachtungskarte, Video) zur Verbesserung der Bewegungsqualität nutzen	<p>Bewusstes Erfahren der Dimensionen Zeit und Raum Bewusste Bewegungserfahrung</p> <p>Umgang mit einem weiteren Handgerät Verbessern des bisher erlernten Tanzstils</p>
---	--



<ul style="list-style-type: none">- Gestaltungskriterien auf eine Bewegungsverbinding anwenden und variieren- in einer Paar- oder Gruppengestaltung eine gymnastische oder tänzerische Bewegungsfolge choreografieren und präsentieren <p>Wahlpflichtbereich Schwimmen (Pflicht)</p> <ul style="list-style-type: none">- Fächerübergreifendes Wissen (z. B. aus der Physik) anwenden und auf die Technik anwenden- Regeln des Schwimmsports kennen lernen- Regelkonforme Ausübung zweier Schwimmstile- Schwimmen auf Zeit	<p>Verbesserung der Kraultechnik</p> <p>Start und Wende bei Kraul und Brust</p> <p>50m Kraul</p>
--	--

Schulcurriculum:

Sportartenkanon Klasse 10:

M/W: Leichtathletik, Turnen, Schwimmen, Handball, Basketball, Tischtennis