

Sportcurriculum Jg. 9/10

(Arbeitsfassung März 2020)



Jahrgangsstufe 9

Jg. - Std.	Thema der Unterrichts- sequenz	Inhalt / Konzeptbezogene Sachverhalte	Kompetenzen	Verbindliche Details (z.B: Methoden- curriculum)	Mögliche Methoden, Versuche, Medien, Exkursionen, etc.	Fachübergreif / Fächerverbindung
Inhaltsfeld: Spielen		pädagogische Perspektive: Soziale Interaktion & Leisten				
Jg. 9 - 16 Std.	Volleyball	<ul style="list-style-type: none"> - Spielgemäße Einführung in das Sportspiel Volleyball(z.B. Ball über die Schnur) - Einführung der grundlegenden Techniken (Pritschen, Baggern, Angabe) - Kleinfeldspiele mit- und gegeneinander spielen - Regelkunde, Zählweise 	B5 B7 B11 U10 T1 – T7	Überprüfung: Oberes und unteres Zuspiel, Angabe Spiel		
Inhaltsfeld: Spielen		pädagogische Perspektive: Soziale Interaktion & Leisten				
Jg. 9 - 16 Std.	Endzonen- spiele	<ul style="list-style-type: none"> - Spielgemäße Einführung in Ultimate Frisbee oder Flag-Football - Einführung der grundlegenden Techniken (Passen und Fangen) bei einem der beiden Spiele - Taktische Elemente kennen lernen 	B5 B7 B11 U10 T1 – T7	Überprüfung: Technik (Passen und Fangen) Spiel		
Inhaltsfeld: Laufen, Springen, Werfen		pädagogische Perspektive: Körperwahrnehmung & Leisten				
Jg. 9 - 16 Std.	Vertiefung der LA-Disziplinen	Festigung und Vertiefung folgender Inhalte: - Mittelstrecke: 800m/1000m (je nach Vorgabe bzgl. Bundesjugendspiele/ Sportabzeichen) - Sprint: 100 m auf Zeit Technik: Tiefstart	B1 B2 B5 U3 U5 U7 T1 T7	Überprüfung: 5-Kampf (Hochsprung nicht relevant für Bundesjugendspiele, soll aber UR-Inhalt sein und hier auch überprüft werden: Sprungwettkampfauf Leistung)	Bundesjugendspiele in der Endphase des Schuljahres (können zur Bewertung herangezogen werden)	

		<ul style="list-style-type: none"> - Weitsprung : Anlauf und Sprung vom Brett (wettkampfkonform) - Hochsprung : Festigung „Flop“ - Kugelstoßen : Vertiefung Standstoßtechnik, optional Anleiten Mä: 3 kg / Ju: 4 kg 		<p>Hinführung zu den Bundesjugendspielen</p> <p>Erfassen von Leistungen für das Sportabzeichen (optional)</p>		
	<p>Inhaltsfeld: Mit und gegen den Partner kämpfen - Ringen & Raufen pädagogische Perspektive: Körperwahrnehmung & Soziale Interaktion</p>					
Jg. 9 - 16 Std.	Vertiefung der Partner- und Gruppenkämpfe	<ul style="list-style-type: none"> - Festigung und Vertiefung der Grundlagen aus der Jahrgangsstufe 5 - Weiterentwicklung von Fall- und Kampftechniken in Partner- und Gruppenkämpfen - In Gruppenkämpfen die individuelle Kraft zielgerichtet und fair gegen andere einsetzen - Mit Partnern agieren: Kooperation im Kampf 	B5 B12 U11 T1 T2 T3	Überprüfung: Kleine Kämpfe (mit Schwerpunkt der Technik; z.B. „Schildkröten-Drehen“ → Bankstellung im Ringen)		

Jahrgangsstufe 10

Jg. - Std.	Thema der Unterrichtssequenz	Inhalt / Konzeptbezogene Sachverhalte	Kompetenzen	Verbindliche Details (z.B: Methoden-curriculum)	Mögliche Methoden, Versuche, Medien, Exkursionen, etc.	Fachübergreif / Fächerverbindung
		Inhaltsfeld: Spielen		pädagogische Perspektive: Soziale Interaktion & Leisten		
Jg. 10 - 16 Std.	Vertiefung eines großen Sportspiels	<ul style="list-style-type: none"> - Weiterentwicklung der spielspezifischen Techniken und Taktiken - Wettkampfgemäße Situationen selbstständig initiieren, organisieren und reflektieren - Vertiefung der Regelkenntnisse 	B5 B7 B11 U10 T1 – T7	Überprüfung: Spiel		
		Inhaltsfeld: Den Körper trainieren, die Fitness verbessern		pädagogische Perspektive: Leisten & Gesundheit		
Jg. 10 - 16 Std.	Ausdauer	<ul style="list-style-type: none"> - Aufbauend auf erste Erfahrungen aus der Jg. 7 Heranführung an den Schwerpunkt „Laufen“ - Heranführung / Weiterentwicklung von regelmäßigem bzw. zielgerichtetem Ausdauertraining - Schwerpunkt vom aeroben zum anaeroben Laufen verschieben - vorwiegend Intervall-Methoden 	B1 B2 U4 U5 U8 T5 T7	Überprüfung: Cooper-Test	Orientierungslauf, Mittel-/ Langstrecke, Fahrtspiel	H-K-System, Biologie
		Inhaltsfeld: Bewegen an und mit Geräten		pädagogische Perspektive: Körperwahrnehmung & Wagnis & Leisten		
Jg. 10 - 16 Std.	Wettkampforientiertes Turnen an Geräten	<ul style="list-style-type: none"> - Hinführung zum wettkampforientierten Turnen - Bodenkür (z.B.: Rolle vor- und rückwärts, Flugrolle, Handstand abrollen, Rad etc.) - Sprung über den Sprungtisch/Seitpferd - Z.B. Aufschwung, Umschwung, Unterschwingung am Reck - Z.B. Schwingen am Barren bzw. Stufenbarren, zusätzlich einfache 	B1 B4 B8 U2 U9 T7	Überprüfung: Einzelkür an einem selbst gewählten Gerät oder am Boden in Anlehnung an P-Stufen des Turnverbandes		

		Kürelemente - Festigung der Sicherungsgriffe - Kooperation und Unterstützung mit einem Partner oder in Gruppen				
	Inhaltsfeld: Fahren, Rollen, Gleiten		pädagogische Perspektive: Körperwahrnehmung & Wagnis & Gesundheit			
Jg. 10 - 16 Std.	Kurze Einführung in das Fahren, Rollen und Gleiten; <i>muss nicht in angegebenen Stunden- umfang praktiziert werden --> Rahmenbeding- ungen erlauben keine ausführliche UE</i>	- Gleitbewegungen mit einem oder verschiedenen Sportgeräten - Veränderung von Richtung und Geschwindigkeit - Erzeugung von Vortrieb und Beschleunigung - Bremsen und sicheres Fallen situationsadäquat anwenden - Risiken benennen, Gefahren vermeiden und Wagnisse kontrolliert eingehen; Eigensicherung - Erleben von Gleitbewegungen in der Natur	B4 B6 B12 U7 U9 U10	Aufgrund von Materialmangel: keine Überprüfung	Optional: Exkursion zum Schlittschuhlaufen	Verbindung zu Biologie und Erdkunde