

Themenübersicht Sport (Die FS Sport hat die folgenden Themen für die einzelnen Klassenstufen festgelegt) :

Klasse	Thema 1	Thema 2	Thema 3	Thema 4	Thema 5
5	Hockey	Leichtathletik	Turnen (Kurzeinführung)	Fitness – Ausdauer	Schwimmen
6	Fußball	Leichtathletik	Turnen	Fitness – Schnelligkeit	<u>Optionale Inhalte:</u> Einführende Ballschule Ringen und Raufen Klettern Step-Aerobic Rope-Skipping Rückschlagspiele
7	Basketball	Leichtathletik	Turnen	Fitness – Kraft	
8	Handball	Leichtathletik	Turnen	Fitness – Programme	<u>Optionale Inhalte:</u> Einführende Ballschule Ringen und Raufen Klettern, Rückschlagspiele Step-Aerobic/Rope-Skipping
9	Volleyball	Leichtathletik	Badminton	Fitness – Koordination	<u>Optionale Inhalte:</u> Einführende Ballschule Ringen und Raufen Klettern Step-Aerobic Rope-Skipping

Anmerkung: Kompetenzschwerpunkte und Inhalte finden sich in den jeweiligen Curricula der Klassenstufen

Klassenstufe 5

Thema	Kompetenzschwerpunkte	Bewertung und Termine
HOCKEY	<p><i>FA: Sportspiele</i></p> <p>Ein Sportspiel fair, regelgerecht und spannend gestalten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Techniken → Vhseitführen, Vhschiebepass, Stoppen, Wechsel Vorhand – Rückhand (Selbstkompetenz), Eigen- und Fremdbeobachtungen sowie Bewegungsanalysen ✓ Entwicklung und Weiterentwicklung der allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit ✓ Regelkunde, Übernahme der Spielleitung als Schiedsrichter 	<p>1. Technik (Technikzirkel)</p> <p>2. Spiel (z.B. Stufenturnier)</p> <p>3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p> <p><u>Termin:</u> Hockeyturnier Ende Februar/Anfang März</p>
SCHWIMMEN	<p>Sich im Wasser bewegen, Wasser erleben</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Sicher im tiefen Wasser bewegen ✓ Entwicklung und Verbesserung grundlegender Fähigkeiten und Schwimmtechniken (Brust, Kraul, Rücken), Bewegungsanalysen ✓ Abnahme der Schwimmbzeichen Bronze/Silber 	<p><u>1. Leistung:</u> Schwimmbzeichen</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p>
LEICHTATHLETIK	<p><i>FA: Laufen, Springen, Werfen</i></p> <p>Werfen, Laufen und Springen vielseitig Ausprobieren!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Disziplinen → 80g-Ballwurf, Weitsprung, 50m-Sprint ✓ Weiterentwicklung der motorischen Fähigkeiten unter Aspekten der Spilleichtathletik ✓ Richtiger Umgang mit Maßband und Stoppuhr ✓ Absolute Leistung erfahren, einschätzen und akzeptieren, Bewegungsanalysen 	<p><u>1. Leistung:</u> Leichtathletikwerte (BJS)</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> BJS-Schuljahresende</p>
TURNEN	<p><i>FA: Turnen</i></p> <p>Vielfältiges Erleben von Stützen, Hangeln und Rollen!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Elemente → Vw-Rolle, Kerze, Grobform Handstand, einfache Stützsprünge ✓ Verbesserung von Stütz- und Sprungkraft ✓ Erlernen und Anwenden von Hilfs- und Sicherungsgriffen, richtiger Umgang mit Geräten ✓ Freudvolles Erleben von Turnen, durch Elemente aus dem Bereich der Akrobatik und des Erlebnisturnens, Eigen- und Fremdbeobachtung 	<p><u>1. Leistung:</u> Turnerisches Können</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p>
FITNESS-AUSDAUER	<p><i>FA: Sich fit halten</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ermittlung eines individuellen und gleichmäßigen Lauftempos ✓ Pulsen ✓ Bereitschaft sich anzustrengen und Belastungen zu ertragen ✓ Anwenden von selbstständigen Trainingsformen zur Ausdauererschulung 	<p>1.Hj.: 30 Min-Lauf</p> <p>2. Hj.: 2000m-Lauf</p>

Klassenstufe 6

Thema	Kompetenzschwerpunkte	Bewertung und Termine
FUßBALL	<p><i>FA: Sportspiele</i></p> <p>Ein Sportspiel fair, regelgerecht und spannend gestalten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Techniken → Passen, Stoppen, Schießen, Dribbeln (Selbstkompetenz) ✓ Entwicklung und Weiterentwicklung der allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit, Grundzüge von Gruppentaktik, Eigen- und Fremdbeobachtung, Bewegungsanalysen ✓ Regelkunde, Übernahme der Spielleitung als Schiedsrichter 	<p>1. Technik (Technikzirkel)</p> <p>2. Spiel (z.B. Stufenturnier)</p> <p>3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p> <p><u>Termin:</u> Fußballturnier Ende Juni/Anfang Juli</p>
LEICHTATHLETIK	<p><i>FA: Laufen, Springen, Werfen</i></p> <p>Weiterführendes Erproben und Erlernen ausgewählter Leichtathletikdisziplinen!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Disziplinen → s. Klassenstufe 5, Verfeinerung der Grundtechniken ✓ Weiterentwicklung der motorischen Fähigkeiten unter Aspekten der Spilleichtathletik, dabei zunehmend Schwerpunkte aus der „klassischen“ Leichtathletik ✓ Absolute Leistung erfahren, einschätzen und akzeptieren, Bewegungsanalysen 	<p><u>1. Leistung:</u> Leichtathletikwerte (BJS)</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> BJS-Schuljahresende</p>
TURNEN	<p><i>FA: Turnen</i></p> <p>Erweiterung und Vertiefung des Bewegungsrepertoires am Boden und an Geräten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Elemente/Geräte → Boden: vgl. Klassenstufe 5, Handstandabrollen mit Hilfestellung, Grobform Rad, Übungsverbindungen; einfache Stützsprünge; Parallelbarren: Stützen und Schwingen ✓ Verbesserung von Stütz- und Rumpfkraft ✓ Erlernen und Anwendung von Hilfs- und Sicherungsgriffen ✓ Freudvolles Erleben von Turnen, durch Elemente aus dem Bereich der Akrobatik und des Erlebnisturnen, dabei zunehmend Schwerpunkte aus dem „klassischen“ Turnen 	<p><u>1. Leistung:</u> Turnerisches Können</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p>
FITNESS-SCHNELLIGKEIT	<p><i>FA: Sich fit halten</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Intervalle zur Schnelligkeitsschulung ausführen und analysieren ✓ Bereitschaft sich anzustrengen und Belastungen zu ertragen ✓ Anwenden von selbstständigen Trainingsformen zur Schnelligkeitsschulung ✓ 	<p>1.Hj.: Crosslauf</p> <p>2.Hj.: Cooper-Test + 4 x 9Meter</p>
OPTIONALE INHALTE Rufen und Ringen/ Klettern/ Einführende Ballschule/	<p>FA: Auswahl der Kompetenzen entsprechend des optionalen Inhalts</p>	<p>Bewertung auf Basis der in den Fachanforderungen stehenden Kompetenzen</p>

Rope-Skipping/ Step-Aerobic		
-----------------------------	--	--

Klassenstufe 7

Thema	Kompetenzschwerpunkte	Bewertung und Termine
BASKETBALL	<p><i>FA: Sportspiele</i></p> <p>Ein Sportspiel fair, regelgerecht und spannend gestalten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Techniken → Passen, Fangen, einhändiger Positionswurf, Korbleger, Dribbeln und Finten (Selbstkompetenz) ✓ Entwicklung und Weiterentwicklung der allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit, Vertiefung der Gruppentaktik → Übertragung auf Mannschaftstaktik (Mann-Mann Verteidigung), Eigen- und Fremdbeobachtung, Bewegungsanalysen ✓ Regelkunde 	<p>1. Technik (Technikzirkel)</p> <p>2. Spiel (z.B. Stufenturnier)</p> <p>3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p> <p><u>Termin:</u> Basketballturnier: Ende Mai</p>
LEICHTATHLETIK	<p><i>FA: Laufen, Springen, Werfen</i></p> <p>Weiterführendes Erproben und Erlernen ausgewählter Leichtathletikdisziplinen!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Disziplinen → s. Klassenstufe 5/6, Üben der Grundtechniken ✓ Kugelstoß als komplexe Technik kennen lernen und in verschiedenen Situationen ausprobieren ✓ Absolute Leistung erfahren, einschätzen und akzeptieren, Bewegungsanalysen ✓ 	<p><u>1. Leistung:</u> Leichtathletikwerte (BJS)</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> BJS-Schuljahresende</p>
TURNEN	<p><i>FA: Turnen</i></p> <p>Erweiterung und Vertiefung des Bewegungsrepertoires am Boden und an Geräten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Elemente/Geräte → Erweiterung der Übungen anhand des Übungskatalogs des Turnfestes (siehe Anhang) ✓ Verbesserung von Stütz- und Rumpfkraft ✓ Erlernen und Anwendung von Hilfs- und Sicherungsgriffen, richtiger Umgang mit Geräten ✓ Bewegungsanalysen 	<p><u>1. Leistung:</u> Turnfest</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> Turnfest: Anfang März</p>
FITNESS-KRAFT	<p><i>FA: Sich fit halten</i></p> <p>Kraftausdauer trainieren</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Gesundheitliche Bedeutung von Krafttraining ✓ Zirkeltraining als Trainingsform erproben ✓ Erweiterung des Wissens über „richtige“ Übungen für das Krafttraining ✓ Bereitschaft sich anzustrengen und Belastungen zu ertragen ✓ Durchführung eines regelmäßigen Krafttraining 	<p>1.Hj.: Crosslauf</p> <p>2.Hj.: m: 3000m/ w: 2000m + Push-up-Test</p>

Klassenstufe 8

Thema	Kompetenzschwerpunkte	Bewertung und Termine
HANDBALL	<p><i>FA: Sportspiele</i> Ein Sportspiel fair, regelgerecht und spannend gestalten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Techniken → Passen, Fangen, Torwurf, Sprungwurf, Dribbeln und Finten (Selbstkompetenz) , Eigen- und Fremdbeobachtung, Bewegungsanalysen ✓ Entwicklung und Weiterentwicklung der allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit Vertiefung von Mannschaftstaktik (6:0-und 5:1-Deckung; Tempogegenstoß) ✓ Regelkunde; Übernahme der Spielleitung als Schiedsrichter 	<p>1. Technik (Technikzirkel) 2. Spiel (z.B. Stufenturnier) 3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p> <p><u>Termin:</u> Handballturnier: Anfang Mai</p>
LEICHTATHLETIK	<p><i>FA: Laufen, Springen, Werfen</i> Weiterführendes Erproben und Erlernen ausgewählter Leichtathletikdisziplinen!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Disziplinen → s. Klassenstufen 5/6, Üben der Grundtechniken ✓ Hochsprung als komplexe Technik kennenlernen ✓ Absolute Leistung erfahren, einschätzen und akzeptieren , Bewegungsanalysen 	<p><u>1. Leistung:</u> Leichtathletikwerte (BJS)</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> BJS-Schuljahresende</p>
TURNEN	<p><i>FA: Turnen</i> Erweiterung und Vertiefung des Bewegungsrepertoires am Boden und an Geräten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Elemente/Geräte → Erweiterung der Übungen anhand des Übungskataloges des Turnfestes ✓ Verbesserung der Stütz- und Rumpfkraft ✓ Mit dem Partner eine Synchronübung erarbeiten und präsentieren ✓ Anwendung von Hilfs-und Sicherungsgriffen, richtiger Umgang mit Geräten 	<p><u>1. Leistung:</u> Turnfest</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> Turnfest (Februar/März)</p>
FITNESSPROGRAMME	<p><i>FA: Sich fit halten</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Zirkeltraining als Trainingsform erproben und analysieren ✓ Wissen über die Funktionalität von Zirkeltraining aneignen ✓ Bereitschaft sich anzustrengen und Belastungen zu ertragen 	<p>1.Hj.: Crosslauf 2.Hj.: Zirkeltraining</p>

Klassenstufe 9

Thema	Kompetenzschwerpunkte	Bewertung und Termine
VOLLEYBALL	<p><i>FA: Sportspiele</i></p> <p>Ein Sportspiel fair, regelgerecht und spannend gestalten!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Techniken → Angabe, oberes und unteres Zuspiel, Angriffsschläge, Block (Selbstkompetenz) ✓ Entwicklung und Weiterentwicklung der allgemeinen und speziellen Spielfähigkeit zu unterschiedlichen Taktikbausteinen, Eigen- und Fremdbeobachtung, Analysen ✓ Kontinuierliches Erweitern koordinativer Anforderungen ✓ Regelkunde; Übernahme der Spielleitung als Schiedsrichter 	<p>1. Technik (Technikzirkel)</p> <p>2. Spiel (z.B. Stufenturnier)</p> <p>3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p> <p><u>Termin:</u> Volleyballturnier: Ende Juni/Anfang Juli</p>
LEICHTATHLETIK	<p><i>FA: Laufen, Springen, Werfen</i></p> <p>Weiterführendes Erproben und Erlernen ausgewählter Leichtathletikdisziplinen!</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Disziplinen → s. Klassenstufen 5/6, Üben der Grundtechniken ✓ Speerwurf und Hürden-Lauf als komplexe Technik kennenlernen ✓ Absolute Leistung erfahren, einschätzen und akzeptieren, Bewegungsanalysen 	<p><u>1. Leistung:</u> Leichtathletikwerte (BJS)</p> <p><u>2. Mitarbeit:</u> Engagement, Motivation...</p> <p><u>Termin:</u> BJS-Schuljahresende</p>
BADMINTON	<p><i>FA: Sportspiele (Rückschlagspiele)</i></p> <p>Rückschlagspiele fair, regelgerecht und spannend gestalten !</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Grundtechniken und Taktik im Einzel- und Doppelspiel erfahren (Selbstkompetenz) ✓ Grundelemente der Spielfähigkeit erkennen und analysieren ✓ Regelkunde; Spielleitung durch Spieler übernehmen und reflektieren 	<p>1. Technik</p> <p>2. Spiel</p> <p>3. Mitarbeit (Engagement, Motivation)</p>
FITNESS-KOORDINATION	<p><i>FA: Sich fit halten</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Erarbeiten an Stationen (Übungsformen zu einzelnen koordinativen Fähigkeiten und Durchführung) ✓ Funktionales Wissen über die Bedeutsamkeit der koordinativen Fähigkeiten ✓ Erläutern einzelner koordinativer Fähigkeiten und Finden von Beispielen aus den 	<p>1.Hj.: Crosslauf</p> <p>2.Hj.: KoKo-Test</p>

	Sportarten	
--	------------	--