

Sport

Jahrgangsstufe 8	Jahrgangsstufe 8
<p><u>Unterrichtsvorhaben I:</u></p> <p>Thema: „Spielen lernt man nur durch spielen“ - Mit einem Partner mit- und Gegeneinander spielen und dadurch grundlegende Techniken und Regeln kennenlernen</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerische situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.1] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern, [10 BWK e1] • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedliche Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. [10 BWK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren, [10 MK e1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [10 MK e2] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. [10 UK e1] <p>Inhaltsfelder: [a] Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [e] Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball- und Schlägergewöhnung, erproben verschiedener Schlägerhaltungen • Erlernen grundlegender Schlagtechniken (Vorhand, UH, Vorhand-ÜK) • Kennenlernen der verschiedenen Varianten des miteinander und gegeneinander Spielens, u.a.: o Einzel o Doppel o Rundlauf 	<p><u>Unterrichtsvorhaben II:</u></p> <p>Thema: „Laufen lang und weit oder kurz und schnell“ – Kurze und lange Strecken laufen und Intervalle bewusst wahrnehmen und nach einer Anstrengung den Körper wieder entspannen</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen. [BWK] • eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung, Autogenes Training, Yoga) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben. [BWK] • Elemente eines Aufwärmprozesses (z. B. Kräftigungs- und/oder Dehnübungen,) nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten.[MK] • grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben.[MK] • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen.[UK] • gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale grundlegend beurteilen.[UK] <p>Inhaltsfelder: [d] Leistung [f] Gesundheit</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) • Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) • grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Sport

Jahrgangsstufe 8	Jahrgangsstufe 8
<p><u>Unterrichtsvorhaben III:</u></p> <p>Thema: „Überwindungssache“ – Erarbeitung verschiedener Techniken der Überwindung von Hindernissen, zur Erweiterung der Bewegungsmöglichkeiten innerhalb eines Parcours.</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • an ihre individuellen Lernvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [8 BWK 5.3] • den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbstständig organisieren und kooperativ durchführen [8 MK 5.1] • Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen [8 BK 5.2] <p>Inhaltsfelder: [b] Bewegungsgestaltung [c] Wagnis und Verantwortung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) • Spannung und Risiko 	<p><u>Unterrichtsvorhaben IV:</u></p> <p>Thema: „Basketball-“ – Variationsreiche Erarbeitung des Spielgedankens Basketball unter besonderer Berücksichtigung des Fairnessgedankens und der grundlegenden koordinativ-motorischen Fähigkeiten</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. [8BWK] • in unterschiedlichen Spielen nach vorgegebenen Kriterien mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. [8BWK] • ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. [MK8] • Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen. [UK8] <p>Inhaltsfelder: [e] Kooperation und Konkurrenz [d] Leistung</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) • soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen • (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen • Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe). • Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Sport

Jahrgangsstufe 8	Jahrgangsstufe 8
<p><u>Unterrichtsvorhaben V:</u></p> <p>Thema: Stuntshow- Kampf und Verfolgungsszenen gestalten und realistisch darstellen</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen. [BWK] • Objekte und Materialien für das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln auswählen und variieren. [BWK] • ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper/ Musik und Partnerin/ Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – anwenden und variieren.[BWK] • sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.[MK] • die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.[UK] <p>Inhaltsfelder:</p> <p>[b] Bewegungsgestaltung [e] Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen • Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) • Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) • Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte. 	<p><u>Unterrichtsvorhaben VI:</u></p> <p>Thema: „Wir sind ein Team – Wir erlernen Volleyball Grundtechniken und Spielen“</p> <p>Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können</p> <ul style="list-style-type: none"> • in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen[BWK] • Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen. [BWK] • sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten. [BWK] • grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern. .[MK] • Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. .[MK] • das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen. [BWK] • verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z.B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen. [UK] <p>Inhaltsfelder:</p> <p>[a] Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung [e] Kooperation und Konkurrenz</p> <p>Inhaltliche Schwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen • Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens • soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen • Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) • Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)