

Lehrplan Sport Sek 1 unter Corona-Bedingungen:

Folgende Inhalte können unter Beachtung der neuen Verhaltensregeln unter Corona-Bedingungen durchgeführt werden.

Jahrgang 5:

Nummerierung	Name des UVs	Unterrichtseinheiten
1	Wir laufen so schnell wie ein Gepard und kommen beim ausdauernden Laufen nicht aus der Puste	8
2	Den Körper auf Hochtouren bringen, sich anstrengen und anschließend entspannen – Wirkung, Phasierung und abwechslungsreiche Gestaltungsmöglichkeiten des allgemeinen Aufwärmens gemeinsam erarbeiten und erproben, Anstrengung und Entspannung erfahren.	4
11	Weitwerfen... gar nicht so schwer – wie weites Werfen mit unterschiedlichen Geräten gelingen kann.	4
12	Wir springen wie eine Gazelle hoch, weit, über und unter Hindernissen und erwerben vielfältige motorische Erfahrungen beim Springen	6
4	Einen gemeinsamen Rhythmus finden – Gestaltung und Wahrnehmung grundlegender gymnastischer Bewegungsformen zur Musik.	8

Jahrgang 6:

Nummerierung	Name des UVs	Unterrichtseinheiten
20	Höher, schneller, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf vorbereiten und durchführen.	10
21	Volleyball – Vom 1-Mit-1 über das 1-Gegen-1 zum 2-Mit-2; grundlegende Spielfertigkeiten und –fähigkeiten erlernen und in minivolleyballähnlichen Spielsituationen anwenden	10
16	Wir erzählen tanzend eine Geschichte – Erarbeitung von szenischen Bewegungsgestaltungen im Bereich Tanztheater auf der Grundlage eines gewählten Themenbereichs sowie unter Berücksichtigung der	8

	Variation von vorgegebenen Bewegungsbausteinen.	
15	Gar nicht so schwer – Sportspiele selbst gemacht unter besonderer Berücksichtigung der Veränderung der Regeln und deren Reflektion.	14
16	Der Ball muss durchs Netz – Grundlagen im Dribbeln, Passen, Fangen, Werfen und Mannschaftstaktik im Basketball.	8

Jahrgang 7:

Nummerierung	Name des UVs	Unterrichtseinheiten
29	Sich neuen Herausforderungen stellen – Erlernen der neuen Technik Hochsprung, sowie Verbesserung der Langzeitausdauer und der bereits bekannten leichtathletischen Disziplinen.	8
25	Spielräume neu entdecken (z.B: Stadtpark, Schulhof) und für unterschiedliche Spiele (z.B. als Kennenlernspiele) nutzen.	6
24	Wie kann ich mich und andere optimal auf eine Sportstunde vorbereiten? – Erlernen eines allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmens am Beispiel unterschiedlicher Sportarten. Zum Unterricht begleitend	6
27	Wir denken uns eine Choreographie aus – Entwicklung einer Gruppenchoreographie mit oder ohne Handgerät (z.B. Rope Skipping). Max 4 SuS in einer Gruppe	14
26	2, 4, 6 – Volleyball wird größer – Vom 2-Mit-2 über das 2-Gegen-2 zum 3-gegen-3; Wiederholung und Vertiefung der Grundtechniken und mannschaftstaktischen Grundformen.	14
22	SOS – Schwimmen ohne Schnaufen – Vertiefung der erlernten Schwimmtechniken unter besonderer Berücksichtigung der Verbesserung der allgemeinen aeroben Ausdauer.	Unklar

Jahrgang 8:

Nummerierung	Name des UVs	Unterrichtseinheiten
36	Herausfordernde Wettkampfdisziplinen – Erlernen der neuen Technik Kugelstoßen sowie Verbesserung der Langzeitausdauer	10
33	Auf und nieder, immer wieder – Erlernen neuer Bewegungen und gestalterische Erarbeitung einer Choreografie an verschiedenen Beispielen.	10
37	Das Fitnessstudio in der Halle – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen.	6
35	Hin und her, gar nicht so schwer – Erlernen taktischer u. technischer Besonderheiten im Badminton.	12
38	Gib mir Teller und Ei! - Kennenlernen neuer Spiele und – geräte am Beispiel Flagfootball / Frisbee (Fang- u. Wurftechniken, Flugverhalten, Taktik, Spiele).	6
39	Vertiefen und Erweitern der grundlegenden Taktiken und Bewegungsfertigkeiten im Volleyball (z.B. Angriff).	10

Jahrgang 9:

Nummerierung	Name des UVs	Unterrichtseinheiten
45	Gebt Gas! - Vertiefen und Erweitern verschiedener Laufdisziplinen (u.a. Hürdenlauf, Sprinttechnik).	8
40	Ich mach mich fit – Training der allgemeinen aeroben Ausdauer sowie der Kraftausdauer mit anschließender Entspannung.	8
41	Spiele aus aller Welt – Spiele aus anderen Kulturen spielen, verstehen und modifizieren (ein Klassenspiel entwickeln).	6
42	. In die 2. Liga – Verbesserung der bereits erlernten technischen und taktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Volleyball und einem weiteren Sportspielen (Badminton) und	16

	Schiedsrichtertätigkeiten erlernen.	
46	Choreografien und Kameras - Kennenlernen wichtiger Dimensionen in der Gestaltung einer Choreografie (z.B. Dynamik, Raum, Zeit) und Entwicklung von Bewertungskriterien.	14
44	Wir erfinden Spiele – selbstständige Erarbeitung von Spielen mit Gleitgeräten unter Berücksichtigung der sicheren und vielfältigen Nutzung der Bewegungsräume.	4