

Schuleigener Lehrplan Klasse 5/6 nach Vorgabe der RuL G8

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben und inhaltliche Kerne	Inhaltsfelder
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Akrobatik (einfache Pyramiden und Handstand)/ Thai Chi/ Meditationen/ Balancieren/ Ballkorobik (einfache Schritte mit Partner, prellen und werfen)/ Funktionsgymnastik	1/6
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Kleine Spiele (Kontakt zum Partner/koedukativ)	5
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Grundfertigkeiten LA (Biathlon)/ Waldlauf	4/5/6
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen (nur 6)	Sportschwimmen/ Rettungsschwimmen/ Tauchen/ Schwimmbzeichen Bronze, Silber, Gold	6/3/4
5. Bewegen an Geräten - Turnen	Gerätebahnen (Gefängnisausbruch)/ Tuae, Sprossenwand, Kasten/ Handstand	3/2
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Seil/ Volkstanz/ Aerobic/ Hip Hop/ sich mit Materialien und Objekten auseinandersetzen und Möglichkeiten erproben	2/1/6
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	BB (Grundfertigkeiten passen, dribbeln, Wurf)/ VB pritschen u. baggern/ Ball zum Kaiser	5/1
8. Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport	-	-
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Aufstellung von Regeln für selbstentwickelte Zweikämpfe auf Matten/ Einsatz von Poolnoodeln	1/5

Inhaltsfelder
1) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
2) Bewegungsgestaltung
3) Wagnis und Verantwortung
4) Leistung
5) Kooperation und Konkurrenz
6) Gesundheit

Schuleigener Lehrplan Klasse 7 nach Vorgabe der RuL G8

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	Inhaltsfelder
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Bewegungskoordination und Kraft erproben und verbessern/ verschiedene Formen (Methoden) des Aufwärmens erfahren und anwenden/ funktionsgymnastische Grundlagen	1
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	kleine Spiele mit rollendem, fliegendem u. springendem Ball/ evtl. FuBa Grundfertigkeiten (kleine Spielformen)	5
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Festigung der Grundfertigkeiten LA (Kugelstoßen!)/ Erfahren und Gestalten von Leistungs- und Wettkampfsituationen	4/6
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	-	-
5. Bewegen an Geräten - Turnen	Erarbeitung von Grundelementen an den Geräten (Barren, Stufenbarren, Ringe/ Trapez)/ Helfen und Sichern	3/4/6
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Rope Skipping/ Experimentieren mit der Vielfalt menschlicher Bewegung/ Jonglieren mit selbst gebauten Bällen	2/1
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Grundformen der Ballspiele vielfältig lernen, üben und anwenden: BB (komplexe Spielformen) VB (Grundfertigkeiten, Aufgabe) Aufstellen von Regeln	5/4
8. Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport	Projektideen: Einführung Eislaufen, Radfahren unter dem Aspekt Sicherheitstraining/Verkehrssicherheit	1/6
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Fortsetzung der Zweikämpfe aus 5/6 unter besonderer Berücksichtigung von Fairness, Konkurrenz, Kooperation, Körpereinsatz u. Körperkontakt	1/5
Inhaltsfelder		
1) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen		4) Leistung
2) Bewegungsgestaltung		5) Kooperation und Konkurrenz
3) Wagnis und Verantwortung		6) Gesundheit

Schuleigener Lehrplan Klasse 8 nach Vorgabe der RuL G8

Bewegungsfelder/Sportbereiche	Unterrichtsvorhaben	Inhaltsfelder
1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Klettern: Vertrauen u. Verantwortung für eigene u. fremde Bewegung entwickeln	3
2. Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	-	-
3. Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	Laufen: Gesundheitsorientierte Laufformen, Leistung relativ/absolut erfahren und einschätzen	4/6
4. Bewegen im Wasser - Schwimmen	Brust (Ausdauer), Rückenkrault, Rettungsschwimmen: Verbesserung bekannter Bewegungselemente, Beobachten und Einschätzen von Bewegungen, Erfahrung ausdauernder Belastung, gestalterische und gymnastische Elemente wie Rollen um d. Körperachsen Schwimmabzeichen Silber u. Gold, Kontrolle der vorhandenen Abzeichen	1/4 4/6 6/4
5. Bewegen an Geräten - Turnen	-	-
6. Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Gestalten: Handgeräte als Ausgangspunkt einer zu erarbeitenden Kür (GA) Der andere als Impuls - Rhythmik als Grundlage für Bewegung	2/1
7. Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	BB/Voba/Fuba: Spiel/Lauf/Fang/Wurf auch nach veränderten Regeln Miteinander spielen können	5/1/4
8. Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport	-	2/1
9. Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	-	-

Inhaltsfelder	
1) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	2) Bewegungsgestaltung
3) Wagnis und Verantwortung	4) Leistung
5) Kooperation und Konkurrenz	6) Gesundheit

Schuleigener Lehrplan Klassen 9 nach Vorgabe der RuL G8

Bewegungsfelder / Sportbereiche	U-Vorhaben		Inhaltsfelder
1. Körper wahrnehmen...	Fitness oder Akrobatik	Grundlagen d. Fitnessstrainings, Körperhaltung, Kräftigung oder Kunststücke mit dem Körper und ggf. Handgeräten in PA und GA erarbeiten Körper und ggf. Handgeräten in PA und GA erarbeiten	2/3
2. Spielen entdecken...	Neue Spiel (New Games)	Neue Spielstrukturen aus bekannten entwickeln	5
3. Laufen, Springen...	Springen, Werfen	Werfen, Stoßen, Schleudern Erproben Gestalten komplexer leichtathletischer Wettbewerbe (z. Bsp. Biathlon)	4/6/5
4. Bewegen im Wasser	-	-	-
5. Bewegen an Geräten...	Ringe/Trapez Minitrampolin	Kleine Wettkämpfe gestalten Bewegungselemente an Geräten unter gesundheitlichem Aspekt (Spannung, Haltung)	6/2/5
6. Gestalten, Tanzen...	Bewegungstheater	Bewegungsformen erarbeiten und präsentieren (ggf. mit Handgeräten) Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen	2/1
7. Spielen in und mit...	Basketball Badminton/Volleyball Fußball	trainieren techn-takt. Elemente in ausgewählten Sportspielen Wettkämpfe organisieren und leiten (Regelkunde)	5/4
8. Rollen, Gleiten...	evtl. Projekt: Eislaufen o. Biken		6/1/2
9. Ringen u. Zweik.	-	-	-

Inhaltsfelder	
1) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	2) Bewegungsgestaltung
3) Wagnis und Verantwortung	4) Leistung
5) Kooperation und Konkurrenz	6) Gesundheit

Anlage Übersicht Bewegungsfelder und Inhaltsfelder

Inhaltsfelder	Inhaltliche Schwerpunkte	Bewegungsfelder und Sportbereiche mit inhaltlichen Kernen	
1) Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	<ul style="list-style-type: none"> - Wahrnehmung und Körpererfahrung - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen - Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens 	1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen: <ul style="list-style-type: none"> • Auf- und Abwärmen • Fitness- und Konditionstraining • Funktionsgymnastik, Haltungsaufbau (z.B. Rückenschule), Entspannungsmethoden 	6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste <ul style="list-style-type: none"> • Gymnastik mit und ohne Handgerät (z. B. Seil, Ball, Reifen, Gymnastikband) • Gymnastik mit Materialien (z. B. Plastiksäcke, Luftballons, Folien, Tücher) oder mit Objekten (z. B. Besen, Stühle, Schirme)
2) Bewegungsgestaltung	<ul style="list-style-type: none"> - Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) - Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) - Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte. 	2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele • Spiele aus anderen Kulturen • Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen 	<ul style="list-style-type: none"> • Fitnessgymnastik (z. B. Rope-Skipping, StepAerobic) • Pantomime oder Bewegungstheater oder Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen (z. B. Volkstanz, Standardtanz, Hip-Hop) oder Jonglage
3) Wagnis und Verantwortung	<ul style="list-style-type: none"> - Spannung und Risiko - Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) - Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) 	3) Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß) 	7) Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball)

			<ul style="list-style-type: none"> • Formen ausdauernden Laufens • leichtathletischer Mehrkampf 	<ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele (z. B. Badminton oder Tennis oder Tischtennis)
4) Leistung	<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) - Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) 		<p>4) Bewegen im Wasser – Schwimmen</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Schwimmtechniken einschließ- lich Start und Wende • ausdauerndes Schwimmen • Wasserspringen, Tauchen, Rettungsschwimmen 	<p>8) Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z. B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, InlineSkating) oder Gleiten auf dem Wasser (z. B. Rudern, Kanufahren, Surfen, Segeln) oder Gleiten auf Schnee und Eis (z. B. Skifahren und Skilaufen, Snowboardfahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)
5) Kooperation und Konkurrenz	<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) 		<p>5) Bewegen an Geräten – Turnen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät) • Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen • Akrobatik 	<p>9) Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</p> <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundene Kampfformen oder Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z. B. Ringen, Judo) oder Zweikampfformen mit Gerät (z. B. Fechten) <p>Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufü- gen oder sie gar zu verletzen, widersprechen</p>
6) Gesundheit	<ul style="list-style-type: none"> - Unfall- und Verletzungsprophylaxe - Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des 			

	Sporttreibens - unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive			dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar.
--	--	--	--	--