

**Auf die strikte Einhaltung des Curriculums im Fach Sport
 muss aufgrund der Corona-Pandemie in Teilen verzichtet werden.**

	Thema 1	Thema 2	Thema 3	Thema 4
Themen	Laufen, Springen, Werfen: Ausdauer-/ Orientierungslauf	Laufen, Springen, Werfen: Weitsprung, Hochsprung, Schlagwurf, Mehrkampf	Spiele: Handball	Bewegen an und von Geräten: Geräturnen
Kompetenzen und Inhalte	Du läufst mindestens zwanzig Minuten in einem gleichmäßigen Tempo und bewältigst verschiedene Distanzen in unterschiedlichem Gelände läuferisch.	Du springst weit aus einem Absprungraum nach einem funktionalen Anlauf. Du vollziehst einen sicheren Schrittwertsprung und landest sicher. Du gestaltest einen geeigneten Anlauf und springst hoch. Du vollziehst elementare Würfe aus der Körperdrehung und führst die Schlagwurftechnik mit funktionalem Anlauf aus. Du gehst sicher und regelrecht mit Wurfgeräten um. Du absolvierst einen Mehrkampf bestehend aus Sprint, Sprung und Wurf.	Du setzt spieltechnische Fertigkeiten und grundlegende taktische Fähigkeiten individuell und in der Gruppe im Handballsport ein. Du verfügst über Regelkenntnisse des Handballsports und vermeidest bewusst Regelverstöße. Du respektierst Schiedsrichterentscheidungen. Du leitest einfache Spiele als Schiedsrichter und legst das Regelwerk angemessen aus.	Du führst Grundfertigkeiten im Rollen, Überschlagen, Springen und Balancieren am Boden und an weiteren Turngeräten durch. Du präsentierst verschiedene Bewegungsverbindungen und turnerische Fertigkeiten alleine und mit Partner. Du baust die Geräte einschließlich der Absicherung fachgerecht auf und ab. Du wendest die grundlegenden Sicherheitsmaßnahmen und einfache Hilfestellung an.
Lernformen und Methoden	zu Beginn der Einheit wird die individuelle Ausgangslage überprüft (z.B. Coopertest) theoretischer Input zum rhythmischen Laufen, zur Atmung und zum Herzkreislaufsystem	kognitive Phasen mit Theorieanteil Schüler- und Lehreremonstrationen Übungen und Spielformen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit	kognitive Phasen mit Theorieanteil Schüler- und Lehreremonstrationen spielgemäßes Konzept Übungen und Spielformen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit	kognitive Phasen mit Theorieanteil Schüler- und Lehreremonstrationen methodische Reihe Übungen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit

	(Wahl-) Thema 5 A	(Wahl-) Thema 5 B	Thema 7
Themen	Anspannen, Entspannen, Kräftigen: Fitness	Bewegen an und von Geräten: Akrobatik	Spiele: Basketball
Kompetenzen und Inhalte	<p>Du führst effektive Übungen zum Kräftigen großer Muskelgruppen mit geringem Materialaufwand durch.</p> <p>Du erbringst altersgemäße Kraft- und Schnelligkeitsleistungen im Rahmen von Fitnessstests.</p> <p>Du planst ein einfaches Aufwärmprogramm mit kräftigenden und anspannenden Elementen und führst es alleine oder mit Partner durch.</p> <p>Du führst unter Anleitung ein zweckbezogenes Mobilisierungs-, Dehnungs- und Entspannungsprogramm durch.</p>	<p>Du präsentierst verschiedene Bewegungsverbindungen und verschiedene turnerische Fertigkeiten alleine und mit Partner.</p> <p>Du präsentierst zirzensische Fertigkeiten mit Geräten und Partner.</p> <p>Du wendest die grundlegenden Sicherheitsmaßnahmen und einfache Hilfestellung an.</p> <p>Du wagst und verantwortest sportliches Handeln.</p> <p>Du kooperierst und verständigst dich.</p>	<p>Du setzt spieltechnische Fertigkeiten und grundlegende taktische Fähigkeiten individuell und in der Gruppe im Basketballsport ein.</p> <p>Du verfügst über Regelkenntnisse des Handballsports und vermeidest bewusst Regelverstöße.</p> <p>Du respektierst Schiedsrichterentscheidungen.</p> <p>Du leitest einfache Spiele als Schiedsrichter und legst das Regelwerk angemessen aus.</p>
Lernformen und Methoden	<p>Überprüfung der Ausgangslage durch einen Fitnessstest</p> <p>kognitive Phasen mit Theorieanteil</p> <p>Schüler- und Lehrerdemonstrationen</p> <p>Übungen und Spielformen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit</p> <p>Fitnessabschlussstest</p>	<p>Übungen und Spielformen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit</p> <p>Schülerdemonstrationen</p> <p>Kompetenzüberprüfung mittels Gruppenkür</p>	<p>kognitive Phasen mit Theorieanteil</p> <p>Schüler- und Lehrerdemonstrationen</p> <p>spielgemäßes Konzept</p> <p>Übungen und Spielformen in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit</p>