

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben für das Fach Sport – Sekundarstufe I – Jgst. 5-6 (G9)

Stand: August 2023

Jahrgangsstufe 5		
3 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten – Verschiebungen der Vorhaben sind nach Absprache möglich!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Laufen über Stock und Stein: Laufen in seiner Vielfalt anwenden (Große Sprünge machen: Springen in seiner Vielfalt anwenden → Die Sportanlage lässt es nicht zu); Weitwerfen – gar nicht so schwer: Wie weites Werfen gelingt	ca. 20
2.	Bewegen an Geräten – Turnen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Akrobatische Kunststücke lernen, üben und präsentieren mit dem Ziel Präsentation auf der Karnevalssitzung (Erlernen von Hilfe und Sicherheitsstellung)	ca. 20
3.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Welche (Pausen-)spiele machen am meisten? (verschiedene Spielideen Kriterien geleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden); Alle spielen mit (Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssituationen erkennen, verstehen und sich dabei konzentrieren)	ca. 20
4.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Heidelberger Ballschule; Wir halten uns an Regeln und spielen taktisch sinnvoll	ca. 30
5.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Spannung – Entspannung (Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren); 15 min Laufen oder 15 min Aerobic	ca. 30
6.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Kennenlernen der Grundbewegungsarten (Laufen, Springen, Hüpfen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) mit dem Ziel einer ästhetischen Präsentation (möglichst mit Videoanalyse)	ca.20
7.	Freiraum	ca. 30

Jahrgangsstufe 6
4 Wochenstunden, davon 2 Schwimmen – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten – Verschiebungen der Vorhaben sind nach Absprache möglich!

(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir führen einen Leichtathletikwettbewerb durch	ca. 20
2.	Bewegen an Geräten – Turnen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Beim Bewegen an Turngeräten Abenteuer suchen und sich trauen (Trampolin, Klettertaue, Reck, Barren, Bank, Balken, Kasten, Bock, Sprossenwand, Boulder-Wand; Wir erlernen Hilfe- und Sicherheitsstellung.	ca. 20
3.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir legen Grundlagen (Technik, Koordination, Taktik) für ein ausgewähltes Ballspiel (Basketball)	ca. 30
4.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten (allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen); Im Gleichgewicht sein	ca. 30
5.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Tradition oder Moderne – wir tanzen und präsentieren (Volkstanz oder moderner Tanz; möglichst mit Videoanalyse)	ca.20
6.	Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir kämpfen fair und regelgerecht in der Gruppe und mit dem Partner	ca. 10
7.	Schwimmen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb, und Rotationen im und unter Wasser; grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im tiefen Wasser; eine Wechselzug- oder eine Gleitzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende grundlegend, sicher und ausdauernd ausführen; in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen; ausdauerndes Schwimmen (15 min)	ca. 80
8.	Gleiten, Fahren, Rollen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir lernen Eislaufen /Inline-Skating (mit Schlittschuhen/ Inlinern kontrolliert fortbewegen können, gezielt die Richtung ändern können sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen können)	ca. 4
9.	Freiraum	ca. 25