

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben für das Fach Sport

Sekundarstufe I – Jgst. 5-6 (G9)

Stand: August 2025

Jahrgangsstufe 5		
3 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten – Verschiebungen der Vorhaben sind nach Absprache möglich!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Welche (<i>Pausen</i> -)spiele machen am meisten Spaß? (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), Kooperations- und Kennenlernspiele	ca. 15
2.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Heidelberger Ballschule; Wir halten uns an Regeln und spielen taktisch sinnvoll	ca. 20
3.	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) - Karnevalstanz	ca. 20
4.	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. 15
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. 15
6.	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. 15
7.	Freiraum	ca. 20

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. 10-15
2.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir legen Grundlagen (Technik, Koordination, Taktik) für ein ausgewähltes Ballspiel (Basketball)	ca. 10-15
3.	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
4.	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) - Karnevalstanz	ca. 10-15
5.	Ringern und Kämpfen – Zweikampfsport <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir kämpfen fair und regelgerecht in der Gruppe und mit dem Partner	ca. 10
6.	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. 10-15
7.	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. 10-15
8.	Freiraum	ca. 10
Parallel-ganz-jährig	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

Übersicht über die Unterrichtsvorhaben für das Fach Sport Sekundarstufe I – Jgst. 7-10 (G9)

Stand: August 2025

Jahrgangsstufe 7		
4 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir lernen ausgewählte leichtathletische Disziplinen näher kennen (Laufen, Springen, Werfen)	ca. 16
2.	Bewegen an Geräten – Turnen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> An Geräten und Gerätekombinationen normgebunden turnen unter Berücksichtigung der Sicherheits- und Hilfestellung	ca. 14
3.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen spielen und weiterentwickeln (z.B. „Vom Brennball zum Baseball.“)	ca. 16
4.	Sport in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Basketball – Fortführung, Wir erlernen Endzonenspiele – Ultimate Frisbee, Flagfootball etc.	ca. 30
5.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Den Körper wahrnehmen – Zirkeltraining als Muskeltraining	ca. 10
6.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir entwickeln eine gymnastische Bewegungsgestaltung mit Geräten (Ball, Seil, Reifen, Keule, oder Band)	ca. 20
7.	Gleiten, Fahren, Rollen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Spiel- und Wettkampfformen mit Inlinern, Fahrrädern, Rollern und/oder Skateboards entwickeln	ca. 4
8.	Freiraum	ca. 20

Jahrgangsstufe 8		
3 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Traditionelle und/oder leichtathletische Wettbewerbe/Mehrkämpfe	ca. 20
2.	Bewegen an Geräten - Turnen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Akrobatik-Akrobatikaufführung	ca. 14
3.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Viele kleine Spiele	ca. 10
4.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Vertiefung von vers. Mannschafts- und Partnerspielen	ca. 26
5.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir entdecken den Einfluss unterschiedlicher Musik auf unsere Bewegung	ca. 10
6.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Wir nehmen unsere aerobe Ausdauerfähigkeit wahr; Wir bereiten uns auf Die Skifahrt vor	ca. 8
7.	Kleine Kämpfe – das Zweikämpfen spielerisch erfahren <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Sich fallen lassen und gehalten werden; Würfe wagen und verantworten	ca. 6
8.	Gleiten, Fahren, Rollen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Erproben und Üben von Bewegungskunststücken Spiel- und Wettkampfformen mit dem Waveboard, Inlinern, Rollern, Fahrrädern und /oder Skiern/Snowboard entwickeln	ca. 6
9.	Freiraum	ca. 20

Jahrgangsstufe 9		
3 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik Kugelstoßen und/oder Hochsprung auf vielerlei Arten <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> zwei Arten der Kugelstoßtechnik bzw. Hochsprungtechnik erfahren, Bewegungsangaben umsetzen und eine geeignete individuelle Technik erlernen, relative Wettkämpfe durchführen	ca. 10
2.	Bewegen an Geräten – Turnen Bewegen an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Parkour) <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Sichern und selbst aktiv sein	ca. 12
3.	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen Grundlagen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und ändern (z.B. Flag-Football, Ultimate Frisbee) <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Spiele aus anderen Kulturen und eigene Spiele	ca. 14
4.	Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (u.A. Rückschlagspiele) Wir erproben Turnierformen (z.B. Variation von Spieleranzahl, Spielfeldgrößen...) <u>Kompetenzen/ inhaltliche Schwerpunkte:</u> Ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren	ca. 16
5.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste Gestaltung einer Choreographie mit Kleingeräten <u>Kompetenzen/ inhaltliche Schwerpunkte:</u> Kooperative Erarbeitung und Präsentation einer Choreographie	ca. 18
6.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen Fitness – Wie fit bin ich? Wie werde ich besser? <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings	ca. 18
7.	Gleiten, Fahren, Rollen <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Erproben und Üben von Bewegungskunststücken Spiel- und Wettkampfformen mit dem Waveboard, Inlinern, Rollern, Fahrrädern und /oder Skiern/Snowboard entwickeln (abhängig von materiellen Voraussetzungen)	4-6
8.	Freiraum	ca. 26

Jahrgangsstufe 10		
2 Wochenstunden – keine Klassenarbeiten – Änderungen vorbehalten!		
(UV)	Inhalt	Zeit (Std.)
1.	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik - Ich mach mich fit! <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	ca. 12
2.	Bewegen an Geräten – Turnen - „Unser Run!“ <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Eine spannende turnerische Partnergestaltung an einer Hindernisbahn wagen und verantworten können	ca. 12
3.	Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele – Vom Streetball zum Zielspiel Basketball! <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay von 3:3 auf 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	ca. 12
4.	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste – Mit Choreographen und Kameras! <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> unterschiedliche Battle-Situationen im Hip-Hop oder Tae-Bo durch Veränderung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen darstellen und die Wirkung auf die Zuschauer beurteilen	ca. 12
5.	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen – Ausdauertraining geht auch in der Muckibude! <u>Kompetenzen/inhaltliche Schwerpunkte:</u> ausgewählte Ausdauertrainingsformen aus dem Fitnessstudio unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten	ca. 12
6.	Freiraum	ca. 20