

Kernlehrplan Sport für die Sekundarstufe I

UV	Thema
Jahrgang 5	
UV 2.1	Mannschaftsspiele kennenlernen und variieren
UV 3.1	Wir laufen über Stock und Stein – Vielfältige Möglichkeiten des Laufens und Hindernisse-Überwindens im Freien und in der Halle anwenden
UV 1.1	Soziales Lernen in der Erlebnispädagogik, Stärkung von Teamfähigkeit und Wahrnehmung
UV 5.1	Das Turnen entdecken – erste Erfahrungen mit dem Turnen an Geräten erfahren, verstehen und Wagnissituationen richtig einschätzen lernen
UV 6.1	Rhythmisierung von Laufen, Springen, Hüpfen
UV 7.1	Vom Federball zum Badminton – Einführung in die Regelstruktur des Badmintons
UV 8.1	Wir lernen das Rollen mit dem Rollbrett kennen
UV 9.1	Faires und sicheres Kämpfen in Spielform mit geringem Körperkontakt im Stand und am Boden, nach selbst entwickelten Regeln und Ritualen
UV 1.2	Sportunterricht mit Handicap – Sport aus einer fremden Perspektive erfahren (z.B. Blindenfußball)
UV 7.2	Ronaldo für Anfänger – Einführung in den geregelten Spielbetrieb des Fußballs
Freiraum	28 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Fußball
Jahrgang 6	
UV 3.2	Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden
UV 8.2	Fahrradführerschein
UV 3.3	Weit werfen... gar nicht so schwer? – Wie weites Werfen gelingen kann
UV 5.2	Ab in die Manege! – Eine Zirkusvorstellung bei der jeder zeigt was er kann
UV 6.2	Es fliegt was in der Luft – Grundlegende Jongliermuster und Jongliertricks mit Tüchern und Bällen (evtl. Ringen, Keulen, Diabolo) miteinander üben und variieren
UV 7.3	Ich kann im Team mit- und gegeneinander Badminton spielen; Einfache Spiel- und Übungsformen unter zunehmend begleitender Regelbeachtung
UV 1.3	Skispringen und mit Stäben jonglieren – Gleichgewicht und Differenzierung trainieren
UV 5.3	Eine Matte voller Sterne! – kreatives Bodenturnen auf Mattensternen
UV 2.2	Bekannte Spielformen variieren, umgestalten und mit bekannten Bewegungsfeldern in neuen Regelstrukturen verknüpfen
UV 9.2	Faires und sicheres Kämpfen in Spielform mit geringem Körperkontakt am Boden, nach selbst entwickelten Regeln und Ritualen
Freiraum	8 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Völkerball
Jahrgang 7	
UV 4.1	Kunststücke im Wasser – grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen
UV 4.2	„Hin und her ohne Pause und Verschlucken“ – richtig Atmen beim Freistilschwimmen vom Start bis zur Wende
UV 4.3	Tauchen wie ein Fisch im Wasser! – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen
UV 4.4	Fit und leistungsstark – In mindestens einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können
UV 4.5	Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen
UV 4.6	Fit und leistungsstark - In mindestens einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können mit der Zielsetzung das Schwimmabzeichen in Bronze/Silber oder Gold zu erwerben
UV 2.3	Trend- und Volkssportspiele erfahren
UV 1.4	Haltung bewahren! – eine ganzheitliche und fächerübergreifende Rückenschule
UV 3.4	Ich gerate nicht aus der Puste – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können
UV 5.4	Finde den schnellsten Weg! – Der Trendsport Parkour in der Sporthalle
UV 6.3	Zeitgenössische Tanzstile – Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen/variieren
UV 7.4	„Vom Ball in der Luft halten“ zum Volleyball – Ich kann im Team mit- und gegeneinander spielen
UV 8.3	Projekt Schlittschuhlaufen
UV 9.3	Kampfsportspiele im Stand und in der Hocke unter besonderer Berücksichtigung der eigenen Körpermitte und dem „Brechen“ des Gleichgewichtes des Kampfparters
Freiraum	8 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Schwimmfest

Kernlehrplan Sport für die Sekundarstufe I

Jahrgang 8	
UV 2.4	Rückwärts = Vorwärts? – Entdecken des Rugbyspiels und seiner spielspezifischen Herausforderungen
UV 1.5	Wir werden fit – Ausdauer durch Lauftraining
UV 3.5	Höher, schneller, weiter – Laufen, Springen, Werfen in abwechslungsreichen Wettkampfformen variieren und anwenden
UV 5.5	Sich individuell an Geräten bewegen – eine Turneinheit nach dem Prinzip des genetischen Lernkonzepts
UV 6.4	
UV 7.5	Handball sofort – Ein spielgemäßer Einstieg in das Handballspiel
UV 3.6	Höher, schneller, weiter – Laufen, Springen, Werfen in abwechslungsreichen Wettkampfformen variieren und anwenden
UV 8.4	Wir erkunden mit unterschiedlichen Fahrzeugen die Trasse (Inliner, XSlider, Longboard, Waveboard, Skateboard)
UV 6.5	
UV 9.4	„Mein Gegner ist stärker, deshalb gewinne ich“ – Erlernen technischer Elemente zur Ausnutzung der gegnerischen Kraft in spielerischer Form
UV 7.6	
Freiraum	56 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Handball
Jahrgang 9	
UV 1.6	Body-Workout – allgemeine Ganzkörperkräftigung
UV 2.5	Mein Spiel, meine Regeln – Spielwerkstatt zum Verständnis von komplexen Regelstrukturen
UV 3.7	Fit und gesund – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern
UV 5.6	Le Parkour – Ein Trendsport, der die Gesundheit des Sportlers riskiert
UV 6.6	Typisch Junge? Typisch Mädchen? – Tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen
UV 7.7	Spiele unter der Lupe – Analyse zum Verletzungsrisiko im Sport
UV 8.5	Projekt Wasserskilaufen
UV 7.8	
UV 9.5	Fallen ohne sich zu verletzen, vom Stand in die Bodenlage durch einfach Fußfeger
Freiraum	16 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Basketball
Jahrgang 10	
UV 2.6	Spiele unter dem Mikroskop – Analyse zum Verletzungsrisiko im Sport
UV 3.8	Das habe ich noch nie gemacht! – Hochsprung oder Kugelstoß oder Hürdenlauf als neue Herausforderung annehmen
UV 5.7	Und Hopp! – So klappen Pyramiden zu zweit, zu dritt und in der Gruppe
UV 7.9	Wir planen und führen Badmintonturnier durch
UV 3.9	Gezielte Vertiefung der Disziplinen Hochsprung und Weitsprung
UV 6.7	Eine Choreographie unter Berücksichtigung der aktuellen Interessenslage auf der Basis des vorhandenen Bewegungsrepertoires
UV 7.10	
UV 6.8	
UV 8.6	Projekt Wakeboard fahren
UV 9.6	Erfolgreich kämpfen gegen einen oder mehrere Angreifer. Entwickeln von Strategien zum erfolgreichen Kämpfen gegen einen oder mehrere Angreifer unter Anwendung des bereits erworbenen Wissens
Freiraum	14 Unterrichtsstunden
Turnier	jahrgangsübergreifend: Fußball

Legende:

UV 1 = Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

UV 2 = Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

UV 3 = Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

UV 4 = Bewegen im Wasser – Schwimmen

UV 5 = Bewegen an Geräten – Turnen

UV 6 = Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

UV 7 = Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

UV 8 = Rollen, Fahren, Gleiten – Bootssport, Rollsport, Wintersport

UV 9 = Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

UV= Unterrichtsvorhaben