

Schulinternes Curriculum für das Fach SPORT

Jahrgangsstufe: 10

Zeitraum/ Umfang ¹	Unterrichtsvorhaben	Ausgewählte Anforderungen aus den Kompetenzbereichen	Inhalte/ Materialien	Methoden	Medien	Verbindungen zu anderen Fächern (Verbindliches: „V“)
ca. 10UE	Bewegungsfeld: Laufen, Springen, Werfen Thema: Leichtathletik Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Kugelstoßen (Standstoß) • Hürdenlauf • Cooper-Test 	<ul style="list-style-type: none"> • koordinative und konditionelle Fähigkeiten werden gezielt entwickelt • sportmotorisches Können wird durch Wiederholen und Üben ausgebildet • ein verantwortungsvoller Umgang mit der eigenen und der Leistungsfähigkeit anderer wird erworben • die Fähigkeit wird entwickelt, Leistungskriterien zu erkennen, zu akzeptieren und zu verändern 	Kugeln, Hürden, Bananenkisten, Bänke, Maßbänder, Hütchen, Stoppuhren,	Siehe: Bader, R., et.al „Leichtathletik in der Schule“ Deutscher Leichtathletik Verband. Stuttgart, 2005. (Band 1 und Band 2)		
ca. 7UE	Bewegungsfeld: Bewegungs- und Sportspiele Thema: Volleyball Inhalte: Aufschlag von oben, Schmetterschlag, Wdh. 3:3, 4:4, Einführung Spiel 6:6 (mit	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln und Vereinbarungen einhalten • Kooperativ in der Gruppe/Mannschaft handeln • mit Sieg und Niederlage umgehen 	Volleybälle, Netze, Kästen, Reifen (für Zielübungen)			

¹ 39 Wochen à 2 Stunden = 78 Stunden (- ca. 10% = ca. 70 Stunden)

	unterschiedlichen Spielsystemen)	<ul style="list-style-type: none"> sich im Raum orientieren und angelegte Spielrollen erfassen situativ taktisches Verhalten entwickeln 				
ca. 7UE	<p>Bewegungsfeld: Bewegen an und von Geräten</p> <p>Thema: Tanz oder Fitness</p> <p>Inhalte Tanz: Grundschriffe Aerobic, Jazz, Beat, Bewegungsgestaltung, selbstständige Choreographie</p> <p>Inhalte Fitness: Ropeskipping, Funktionsgymnastik, Circuittraining, ggf. selbstständige Choreographie</p>	<ul style="list-style-type: none"> Vgl. Laufen, Springen, Werfen Verschiedene Ausdrucksformen werden durch Bewegung erprobt und entwickelt. Bewegungsideen werden in gestalterischer Absicht gemeinsam erfunden, erprobt und ausgearbeitet Bewegungen werden zu Folgen, Choreographien und Vorführungen miteinander verbunden. Übungs- und Trainingsprinzipien werden erprobt, reflektiert und möglichst selbstständig angewandt. 	Springseile, Matten, Kästen, Bänke, weitere Turn- und Fitnessgeräte, Musikanlage,			
ca. 7 UE	<p>Bewegungsfeld:</p> <p>Thema: Handball</p> <p>Inhalte: Prellen, Schlagwurf, Sprungwurf, ggf. Stoßen</p>	<ul style="list-style-type: none"> vgl. Volleyball 	diverse Bälle, Technik- und Taktikkarten	siehe: Dietrich, et.al. „Die großen Spiele“ Meyer & Meyer Verlag. Stuttgart, 2006.	Schaubilder	

ca. 4UE	Freier Bereich: Inhalte vertiefen. Andere Schulsportarten anbieten. (Offene Bewegungsfelder: Gleiten, Fahren und Rollen – Ringen und Raufen)	Sportartspezifisch	Sportartspezifisch			
---------	---	--------------------	--------------------	--	--	--

Eingereicht von: Essi / Jany **am:** 28.08.2012
Aktualisiert von: Essi **am:** 08.12.2016