



Kurzübersicht: Unterrichtsinhalte Sport

(Stand: Februar 2020)

Sportbereich/Bewegungsfeld	Inhaltlicher Schwerpunkt
Jahrgangsstufe 5	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrungen erweitern	Bewegungsintensive Lauf- und Staffelspiele
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in kleinen Spielen
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	-Vielfältige Möglichkeiten des Laufens -Springen in seiner Vielfalt -Weitwerfen
4: Bewegen im Wasser - Schwimmen	AG: Erwerb des Jugendschwimmabzeichens Bronze
5: Bewegen an Geräten – Turnen	Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten
6: Gestalten, Tanzen, Darstellen	Einfache technisch-koordinative Grundformen
7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Basketball - Dribbeln, Ballführen mit Handwechsel
8: Rollen, Fahren, Gleiten	Fortbewegung auf 4 Rollen
9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	Bodenkämpfe
Jahrgangsstufe 6	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrungen erweitern	-Allgemeines Aufwärmen -Anspannung und Entspannung
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Kriteriengeleitete Spielideen
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Ausdauernd Laufen
4: Bewegen im Wasser - Schwimmen	AG: Erwerb des Jugendschwimmabzeichens Bronze
5: Bewegen an Geräten – Turnen	-Boden- und Reckturnen -Schwingen, Stützen, Springen
6: Gestalten, Tanzen, Darstellen	-Bewegungsmöglichkeiten mit Alltagsobjekten -Jonglieren
7: Spielen in und mit Regelstrukturen	Basketball: Passen und Fangen, einfache Spielformen
9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport	Haltegriffe und Befreiung
Jahrgangsstufe 7	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrung erweitern	Vielseitiges und sachgerechtes Aufwärmen
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Spieltaktiken und Spieltechniken in diversen Spielen
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	-Abwechslungsreiche Wettkampfformen im Laufen, Springen, Werfen -Kugelstoßen
5: Bewegen an Geräten – Turnen	Partnerturnen an Gerätekombinationen
6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz	Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen
7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Basketball: Taktikvarianten im Spiel umsetzen, Positionswurf
8: Rollen, Fahren, Gleiten	Slalomvariationen
9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Werfen und Fallen

Jahrgangsstufe 8	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrung erweitern	Fitness
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	-Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern -Möglichkeiten des gerechten Leistungsvergleichs in unterschiedlichen Disziplinen
5: Bewegen an Geräten – Turnen	Turnerische Bewegungsfertigkeiten an Boden, Barren, Reck oder Ringen
7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Basketball: erste Taktik und Regelschulung, Sternschritt und Korbleger
8: Rollen, Fahren, Gleiten	Paarlaufen
9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Lösungen für Nachteilsausgleiche in Zweikampfsituationen
Jahrgangsstufe 9	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrung erweitern	Selbstständig geplante spezifische Aufwärmprogramme für ausgewählte Sportarten
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Spielregeln und -taktiken fair ändern
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	-Hochsprung/ Kugelstoßen/ Hürdenlauf -Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern
5: Bewegen an Geräten – Turnen	Akrobatik
6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz	Fitnessgymnastik
7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Basketball: Freilaufen und Anbieten im Raum, Individual-, Gruppen- und Mannschaftstaktik
Jahrgangsstufe 10	
1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungserfahrung erweitern	Selbstständig geplante spezifische Aufwärmprogramme für ausgewählte Sportarten
2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen
3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	-Alternatives Sportfest im Schulbereich planen und durchführen -Disziplinen zum Leistungsvergleich
5: Bewegen an Geräten – Turnen	Le Parkour/ Strassenturnen in der Sporthalle
6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz	Choreografien gestalten, präsentieren und bewerten
7: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Basketball: Ein Klassenturnier planen, organisieren, erproben und evaluieren, offensiv und defensiv taktische Ausrichtungen im Spiel
8: Rollen, Fahren, Gleiten	Sicher und kreativ: einzeln, paarweise und in der Gruppe
9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Partnerkämpfe nach vereinbarten Regel- und Punktesystemen durchführen