

## Unterrichtsvorhaben im Fach Sport Jahrgang 7

	<b>Thema</b>	<b>Inhaltsfeld</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>
1	Spezieller Sport braucht spezielles Aufwärmen – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	A, F Erklärung siehe unten	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen</li> <li>- Aufwärmprozess zielgerichtet leiten</li> </ul>
2	„Es gibt sooo viele Spiele...“ – Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern und dabei spielübergreifende Fertigkeiten und Fähigkeiten weiter entwickeln	A, D, E	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Zusammenspiel mit und ohne Gegenspieler</li> <li>- Freilaufen</li> <li>- Spiele-Turniere</li> </ul>
3	Hoch, höher, am höchsten?! – die leichtathletische Disziplin Hochsprung erlernen, vertiefen und im Wettkampf erproben	D	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Fertigkeiten bei Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß erweitern</li> <li>- Wettkampffregeln und Sicherheitsbestimmungen</li> </ul>
4	Fit und gesund – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	D, F	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Langzeitausdauerleitung (LZA I bis 20 Minuten)</li> <li>- der leichtathletischen Leistungsfähigkeit</li> </ul>
5	Crawlen auf dem Rücken und auf dem Bauch – technisch koordinative Elemente des Brust- und Rückencrawls sicher anwenden.	A, D	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schwimmen in der Bauch- und Rückenlage</li> <li>- Wechselzug- und Gleichzugtechnik, Atemtechnik</li> </ul>
6	Sicheres Bewegen an Turngeräten – Turnerische (Partner-) Gestaltungen an unterschiedlichen Geräten erarbeiten und präsentieren	A, B, F	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>- Sicherheits- und Hilfestellungen</li> </ul>
7	Unser erster gemeinsamer Auftritt! - Grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen anwenden	B, F	<ul style="list-style-type: none"> <li>- fundamentale Aufstellungsformen und Formationen</li> <li>- einfache ästhetische Gestaltungen präsentieren</li> </ul>
8	Gewinnen um jeden Preis? Wir bleiben Fair! – Planung und Durchführung von Spielturnieren (Badminton/ Basketball)	D, E	<ul style="list-style-type: none"> <li>- grundlegende Spielregeln und Spielsituationen von Mannschaftsspielen und Partnerspielen</li> <li>- Einführung Individual- und Gruppentaktik</li> </ul>
9	Der Ball muss nicht immer ins Netz! – Entwicklung grundlegender technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten in Badminton bzw. in einem anderen ausgewählten Spiel	A, D	<ul style="list-style-type: none"> <li>- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen</li> <li>- Weiterführung und Entwicklung technischer Fertigkeiten im Badmintonspiel</li> </ul>

10	„Sicher auf Radtour – Beim Radfahren vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern“	A, F	<ul style="list-style-type: none"> <li>- komplexe Bewegungssituationen beim Fahren bewältigen</li> <li>- Planung und Durchführung einer Radtour an einem Wandertag mit der Klasse</li> </ul>
----	---	------	--

	<b>Inhaltsfelder</b>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>
<b>A</b>	<b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</li> <li>• Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens</li> </ul>
<b>B</b>	<b>Bewegungsgestaltung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)</li> <li>• Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)</li> <li>• Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte.</li> </ul>
<b>C</b>	<b>Wagnis und Verantwortung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spannung und Risiko</li> <li>• Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)</li> <li>• Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)</li> </ul>
<b>D</b>	<b>Leistung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)</li> <li>• Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)</li> <li>• differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)</li> </ul>
<b>E</b>	<b>Kooperation und Konkurrenz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)</li> <li>• soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen</li> <li>• (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen</li> <li>• Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel-</li> </ul>

		und Mannschaftswettbewerbe).
<b>F</b>	<b>Gesundheit</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li><li>• grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens</li><li>• unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive</li></ul>