

HHG

(Gültig ab Schuljahr 2015/2016)

Schulinternes Curriculum

SPORT

Jahrgangsstufe 7 (ca. 120 Stunden)

7.1*	„Sport ist so vielseitig“ – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten.
7.2**	„Erkennen der Unterschiede zwischen Schlagballweitwurf und Kugelstoßen – eine neue leichtathletische Technik erlernen als altersbedingte Erweiterung des Wurf-Stoß-Bereichs innerhalb der Vorbereitungen auf die Bundesjugendspiele“.
7.3	Wie fit bin ich? Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie Entspannungstechniken kennen und anwenden.
7.4	„Was macht die Unterschiede der Spiele aus?“ Grundideen und Strukturen verschiedener Spiele analysieren, vergleichen und verändern.
7.5	Regeln und deren Veränderung im Basketball zur Förderung eines fairen Mit- und Gegeneinander.
7.6	Vorbereitung auf die Exkursion: Skifahrt Meransen
7.7	„Bewegen im Schnee“ – Beim Skifahren vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern.

* Zu Beginn der Jahrgangsstufe 7 wird thematisiert, was sich zum Aufwärmen eignet (alle bleiben in Bewegung). Exemplarisch werden Aufwärmphasen erprobt. Danach ist diese Unterrichtsreihe jahrgangsstufenbegleitend. Die Bewertung der Reihe erfolgt, sobald eine Kleingruppe ihr geplantes Aufwärmprogramm angeleitet hat. Folgende Anzeichen sollten die SuS als Kriterium zur Überprüfung, ob sie aufgewärmt sind, erkennen können: gerötete Wangen, Schwitzen, schnellerer Herzschlag.

** Das Kugelstoßen muss außerhalb der Bundesjugendspiele überprüft werden.