

Klasse 7 & 8 (G9)

Vorbemerkung: An der TSS wird der Sportunterricht in der 7. und 8. Klasse jeweils 2-stündig erteilt. Das Schuljahr wird mit jeweils 35 Unterrichtswochen geplant.

Da in der 7. Klasse ein Turnfest im Gerätturnen stattfindet, muss das gesamte Sportkollegium bis Anfang März eine Unterrichtseinheit Gerätturnen durchgeführt haben.

In der 8. Klasse findet im Sommer ein Leichtathletiksportfest statt. Auch hierfür muss das Kollegium rechtzeitig eine Unterrichtseinheit hinsichtlich eines Dreikampfes durchgeführt haben.

In der 8. Klasse steht die Grundsportart Schwimmen für ein Halbjahr im Vordergrund.

Themenbereich / Dauer	Inhalte	Kompetenzaufbau	Leistungserwartung
Sich fit halten 6 von 70 Wochen	Circuit-Training, Rope-Skipping, Lauschule Spiele mit ausgeprägtem Kraft-, Koordinations- und Ausdaueranteil Dehnprogramm Alle Bereiche sollten eine Grundlage für die leichtathletischen Disziplinen bilden.	Arbeitskarten lesen, verstehen und umsetzen Erschöpfung und Ermüdung überwinden, Anstrengungsbereitschaft zeigen	Rope-Skipping Kür, Lauftag
Sportspiele 12 von 70 Wochen	Handball, Fußball, Basketball, Volleyball, Hockey, Floorball, Tennis, Badminton Spielformen, Spielreihen, kleine Spiele Zwei Spiele sollten mindestens thematisiert werden.	Entwicklung einer Spielfähigkeit	Kennen der Spielregeln und grundlegender Spieltaktik, Bewegung in der Grobform Basketballturnier in Kl. 8
Turnen 12 von 70 Wochen	Boden, Reck, Sprung (Kasten, Bock), Minitrampolin, Barren- und Stufenbarren	Turnelemente miteinander verbinden	Turnfest
Laufen, Springen, Werfen 12 von 70 Wochen	Vielfältige leichtathletische Spielformen im 2. Hj. 7 Sprint (75m), Staffelläufe Schlagballweitwurf, Kugelstoß Weitsprung mit Zone im 2. Hj. 8	Einfache biomechanische Prinzipien erkennen, verstehen und anwenden (Bewegungshilfen)	Bewegungen in der Grobform in KI 7. In 8. Klasse: Leichtathletik Sportfest Teilnahme am Stundenlauf; 15 min/ 30 min/ 60 min

Schwimmen 18 von 70 Wochen	Brust-, Rücken und Kraulschwimmen, Kurz- und Langstrecken, Abschleppen, Tauchen, Sprünge vom 1- und 3- Meterbrett, Regeln der Selbst- und Fremdrettung	Technikgerechtes und ausdauerndes Schwimmen	Schwimmabzeichen Silber bzw. Gold
Bewegungsgestaltung, Tanz 6 von 70 Wochen	Vorgegebene Choreographien mittanzten: z.B. Folk, Street Dance, Hiphop, Jazz-Dance, Jumpstyle	Musikalische Fachbegriffe richtig anwenden, Bewertungskriterien anwenden, visualisierte Schrittfolgen erstellen und analysieren	Bewegung zu Musik mit Partner abstimmen, Gruppen- oder Klassenchoreographie
Raufen, Ringen, Verteidigen 4 von 70 Wochen	Spielerisches Kräftemessen mit dem Partner und/ oder Geräten nach Regeln	Grundhaltungen und Grundprinzipien des Ringens erarbeiten	Klassen-Turnier
Fakultativ			
AGs / Projekte	werden im Rahmen des Angebotes der offenen Ganztagschule umgesetzt		