

Thema: Leichtathletik (Laufen, Springen, Werfen, Stoßen)

zeitlicher Rahmen: ca. 20 Stunden bzw. 10 Blöcke

| Teil C | | |
|---|--|--|
| Schulintern angepasste Kompetenzen für das Fach Sport in den Jgst. 7 und 8 (Niveaustufen E und F) und zugeordnete spezifische Inhalte | Schulintern angepasste Kompetenzen für das Fach Sport in den Jgst. 9 (Niveaustufen G) und zugeordnete spezifische Inhalte | Schulintern angepasste Kompetenzen für das Fach Sport in den Jgst. 10 (Niveaustufen H) und zugeordnete spezifische Inhalte |
| Die Schülerinnen und Schüler können ... 2.1 Bewegen und Handeln | | |
| <p style="text-align: center;">Laufen</p> <ul style="list-style-type: none"> - 60m Sprint Hochstart (Jgst. 7) <i>(T, LD, SchD)</i> - 75m Sprint Tiefstart (Jgst. 8) <i>(T, V, LD, SchD)</i> - 295m (1 Runde) Mittelstreckenlauf - 30 Minuten Ausdauerlauf (Jgst. 7) - 35 Minuten Ausdauerlauf (Jgst. 8) - Laufstaffeln <i>(T, V, LD, SchD / Stabübergabe)</i> - Trainingsmethoden (Dauer-, Intervallmethode und Fahrtspiel) spielerisch <i>(ÜS)</i> - Lauf-ABC (einfache Übungen) <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ballenlauf (Vorfußlauf) <p>[8h]</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 100m Sprint Tiefstart <i>(T, V, LD, SchD)</i> - 590 m (2 Runden) Mittelstreckenlauf - 40 Minuten Ausdauerlauf - Laufstaffeln <i>(T, V, LD, SchD / Stabübergabe)</i> - Trainingsmethoden (Dauer-, Intervallmethode) - Lauf-ABC und Koordinationsleiter <i>(ÜS, V, LD SchD)</i> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[8h]</p> | <ul style="list-style-type: none"> - 100m Sprint Tiefstart <i>(T, V, LD, SchD)</i> - 885 m (3 Runden) Mittelstreckenlauf - 45 Minuten Ausdauerlauf - Laufstaffeln <i>(T, V, LD, SchD / Stabübergabe)</i> - Trainingsmethoden (Dauer-, Intervallmethode, und Fahrtspiel) - Lauf-ABC und Koordinationsleiter <i>(ÜS, V, LD SchD)</i> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[8h]</p> |
| <p style="text-align: center;">Springen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hochsprung: Einführung Fosbury Flop (Jgst. 7 <i>obligatorisch</i>, Jgst. 8 <i>fakultativ</i>) <i>(T, V, LD, SchD)</i> - Weitsprung: Grobform Hangsprung mit Absprungzone (Jgst. 7 <i>fakultativ</i>, Jgst. 8 <i>obligatorisch</i>) <i>(T, V, LD, SchD)</i> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sprungbein - Schwungbein - Körperschwerpunkt <p>[4h]</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Hochsprung: Fosbury Flop <i>(fakultativ)</i> <i>(T, V, LD, SchD)</i> - Weitsprung: Hangsprung <i>(obligatorisch)</i> <i>(T, V, LD, SchD)</i> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[4h]</p> | <ul style="list-style-type: none"> - Hochsprung: Fosbury Flop <i>(obligatorisch)</i> <i>(T, V, LD, SchD)</i> - Weitsprung: Hangsprung oder Laufsprung <i>(fakultativ)</i> <i>(T, V, LD, SchD)</i> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[4h]</p> |

| | | | |
|---------------|---|--|--|
| Werfen | <p>- Schlagballweitwurf 200g (fakultativ) <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stemmschritt - Stemmbein - Bogenspannung <p>[4h]</p> | <p>- Schlagballweitwurf 200g oder/ und Speerwurf (♂ 800g/ ♀ 600g) (fakultativ) <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[4h]</p> | <p>- Speerwurf (♂ 800g/ ♀ 600g) (fakultativ) <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stemmschritt - Stemmbein - Bogenspannung <p>[4h]</p> |
| Stoßen | <p>- Kugelstoßen (♂ 4kg/ ♀ 3kg) Seitwechselschritt <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stemmbein - Stoßauslage <p>[4h]</p> | <p>- Kugelstoßen (♂ 5kg/ ♀ 3kg) Angleittechnik <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[4h]</p> | <p>- Kugelstoßen (♂ 5kg/ ♀ 3kg) Angleittechnik <i>(T, V, LD, SchD)</i></p> <p>verbindliche Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <p>[4h]</p> |

Laufen, Springen, Werfen, Stoßen

Die Schülerinnen und Schüler können ...

2.2 Reflektieren und Urteilen

- ... handlungsbegleitende oder reflektierende Hinweise und Informationen durch die Lehrperson oder SuS wahrnehmen und bewerten
- ... Qualität von Bewegungen anderer SuS anhand von Technikleitbildern (T) beurteilen

2.3 Interagieren

- ... Aufbaupläne lesen und gemeinsam umsetzen
- ... Feedback zu wesentlichen Bewegungsmerkmalen sportlicher Techniken geben
- ... sich als Gruppe orientieren und zielgerichtet zusammenarbeiten, um gemeinsam Bewegungsaufgaben zu realisieren

2.4 Methoden Anwenden

- ... können die Methode des Partnerfeedback anwenden, um individuelle sportliche Techniken zu verbessern
- ... können unterschiedliche Trainingsmethoden (Dauermethode, Intervallmethode, Wettkampfmethode) anwenden
- ... Wettkampflisten führen
- ... ihren Lernstand und ihre Leistungsentwicklung kriteriengeleitet dokumentieren (Sportportfolio)
- ... wesentliche Informationen aus Medien entnehmen und in Bewegungshandlungen umsetzen (siehe BC Medienbildung)

| Teil B | | |
|---|--|--|
| BC Sprachbildung | BC Medienbildung | ÜT |
| <p>Die Schülerinnen und Schüler können ...</p> <p>Rezeption ... in längeren Redebeiträgen Wesentliches von Nebensächlichem unterscheiden und wiedergeben ... kontinuierliche (Bewegungsbeschreibungen) und diskontinuierliche Texte (Abbildungen, Bildreihen, etc.) lesen und interpretieren</p> <p>Produktion ... Beobachtungen und Betrachtungen (z. B. Vorgang, Abbildung, Bild, Objekt und Modell) beschreiben und erläutern ... Zusammenfassungen, Protokolle (z. B. Reflektieren der Unterrichtsinhalte) unter Nutzung geeigneter Textmuster und -bausteine schreiben</p> <p>Interagieren ... eigene Gesprächsbeiträge unter Beachtung der Gesprächssituation, des Themas und des Gegenübers formulieren (Feedback)</p> <p>Sprachbewusstheit ... Fachbegriffe und fachliche Wendungen nutzen</p> <p>Operatoren: Die SuS können Bewegungsmerkmale nennen ... Bewegungsmuster und beobachtete Bewegungen vergleichen ... sportliche Techniken beschreiben und / oder erklären ... Handlungsfolgen und Regelwerke erklären ... die Qualität von Bewegungen beurteilen</p> | <p>- die mit (T) gekennzeichneten Anstriche weisen auf das Vorhandensein und den Einsatz von Technikleitbildern in Form von Bildreihen (B)/Handout (H) oder Lernplakat (LP) , Lehrerdemonstration (Ld) , Schülerdemo (Schd), Video (V) hin</p> <p>- Üs weist auf eine Übungssammlungen und A auf Aufbaupläne hin (die SuS nutzen diese selbstständig)</p> <p>- SuS führen ein Sportportfolio, um theoretische Unterrichtsinhalte zu dokumentieren</p> <p>- fotografieren und/oder filmen ihre sportlichen Handlungen und werten diese über Bildreihenvergleiche oder direkte Videoanalyse am Smartboard (nur in der Halle möglich) aus</p> <p>- sehr gute Bewegungsvorbilder werden in einer Datenbank archiviert</p> | <p>2. Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Diversity) und 13. Gleichstellung und Gleichberechtigung der Geschlechter (Gender Mainstreaming) Relativeleistung beim Hochsprung <i>(Fachbezug Physik, Thema: Leistung)</i></p> <p>3. Demokratiebildung Wahloptionen bei Gruppenbildungen</p> <p>5. Gesundheitsförderung Ausdauerlauf, allgemein bewegen an frischer Luft und richtiges Essen und Trinken bei körperlicher Aktivität <i>(Fachbezug Biologie, Chemie; Thema: Ernährung, Nährstoffe)</i></p> <p>6. Gewaltprävention fairer Umgang auch in Wettkampfsituationen</p> <p>7. Interkulturelle Bildung und Erziehung Akzeptanz ungleicher Bewertungsgrundlagen zwischen männlichen und weiblichen SuS (Bezug zu ÜT 2 - Bildung zur Akzeptanz von Vielfalt (Diversity))</p> <p>8. Kulturelle Bildung Gestaltung von Bildern und Filmen <i>(Fachbezug Kunst: Körper und Raum, Inszenieren)</i></p> |

Teil A

Bildung und Erziehung in den Jahrgangsstufen 1-10

4. Ganztägiges Lernen

- Die SuS haben die Möglichkeit, an der Lauf-AG teilzunehmen.
- In Vorbereitung auf den JtFO - Wettkampf in der Leichtathletik gibt es zusätzliche Trainingsangebote für teilnehmende SuS.
- Teilnahme am schulinternen Lichterlauf (Eltern und Lehrer sind ebenfalls als Teilnehmer erwünscht, um die Schulgemeinschaft zu stärken)

5. Kooperationsangebote

- Es wird eine Kooperation mit dem Leichtathletikverein "SV Athletik Oranienburg" oder "SV electronic Hohen Neuendorf e.V." angestrebt.

7. Selbstreguliertes Lernen

- Die SuS lernen teilweise durch Lernkarten, Videoanalyse und Schülerfeedback selbstständig (durch ein erhöhtes Unfallpotential ist nur beim Kugelstoßen und ggf. im besonderen Maße beim Speerwerfen davon abzusehen).

8. Aufbau von Wissen, Vernetzung und Übertragung

- Für einen Zuwachs sportpraktischer Fähigkeiten und Fertigkeiten ist das Üben dieser unerlässlich.
- Um einen kognitiven Lernzuwachs zu erleichtern führen die SuS ein Sportportfolio das u. a. wesentliche Wettkampfregeln, Technikleitbilder und ein Lerntagebuch enthält. Ein schriftlicher Kurztest dient der inhaltlichen Zusammenfassung des Themenkomplexes (siehe auch 9c).
- Es wird eine Fächerverbindendes Unterrichtsprojekt bezüglich der Übergreifenden und fächerverbindenden Themen angestrebt. In diesem Projekt werden die Fächer Sport, Kunst, Biologie und Physik vernetzt betrachtet.
Eine Leistungsbewertung der einzelnen Fachteile ist möglich. Kriterien für die Leistungsbewertung legen die einzelnen Fachlehrer und Fachlehrerinnen in Absprache mit den Fachkonferenzen fest.

9. Lernberatung, Lern- und Leistungsförderung, Leistungsbewertung

Lernberatung

- Lernberatung erfolgt vor allem durch die Lehrperson aber auch durch andere SuS im Schülerfeedback.

Lern- und Leistungsförderung

- Bestleistungen der SuS werden in der Bestenliste (Homepage und Sportwandzeitung) festgehalten.
- Eine komplette Schülermannschaft nimmt am Kreiscrosslauf (Ziegeleipark Mildenberg) teil (Es wird auch motivierten aber nicht leistungsstarken SuS die Teilnahme ermöglicht (Teil B; ÜT; 2 und 5).
- Leistungsstarke SuS werden dazu motiviert ,am JtFO - Wettkampf in der Leichtathletik teilzunehmen.
- Wettkampferfolge werden über die Homepage und der Sportwandzeitung bekanntgegeben.

Leistungsbewertung

- Die stufenspezifische Leistungsbewertung in der Praxis erfolgt nach der in der Fachkonferenz beschlossenen Wertetabelle auf Grundlage der VV- Leistungsbewertung.
- Für eine kognitive Lerndiagnose wird ein zusammenfassender Theorietest, der nicht länger als 10 Minuten sein sollte geschrieben.

Legende: SuS - Schülerinnen und Schüler; JtFO - Jugend trainiert für Olympia; ÜT - Übergreifender Teil; ggf. - gegebenenfalls; T - Technikleitbild; B- Bildreihe; V- Video; ÜS- Übungssammlung; LP - Lernplakat; LD - Lehrerdemonstration; Schd - Schülerdemonstration, Jgst. - Jahrgangsstufe

