

Kompetenzraster Sport Stufe 8 (G8 – Stand: 01.08.2014)

Leichtathletik

Die Inhalte von Stufe 7 G8 werden vertieft.

Die Schülerinnen und Schüler können eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (Kugelstoßen) in der Grobform ausführen. Dabei liegt der Schwerpunkt auf der Ausführung der Technik, die auch Inhalt der Überprüfung darstellt.

Der 4×18m Test ist verpflichtend.

Turnen

Die Schülerinnen und Schüler vertiefen in Anknüpfung an Stufe 7 G8 ihre turnerischen Fertigkeiten. Als neue Elemente kommen hinzu:

Barren (parallel): Schwingen, Aufgrätschen, Abgang

Balken: Aufgang, Gehen vorwärts/rückwärts, Sprünge, Drehungen im Ballenstand, Standwaage.

Gymnastik / Tanz

Die Schülerinnen und Schüler können eine Fitnessgymnastik oder eine Step-Aerobik nach vorgegebenen Kriterien präsentieren. Das Bewegen mit und zur Musik als Ausdrucksmöglichkeit des Körpers steht im Vordergrund.

Ballspiele: 1. Zielschusspiel Basketball

Die Schülerinnen und Schüler können aufgrund individueller Leistungsentwicklung (elementare Techniken wie Dribbeln, Fangen, Passen, Korbwürfe) regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen (Freilaufen, Stören, Erobern, Spielkontrolle, Angriffs- und Abwehrverhalten) für erfolgreiches Spielen durchführen und erläutern.

Sie können gemeinsam erarbeitete Regeln einhalten, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen als Möglichkeit zum fairen Verhalten gezielt anwenden. Sie können das Spiel selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen.

Der Schnelligkeitsgewandtheitstest ist optional als Überprüfung durchführbar.

Ballspiele: 1. Rückschlagspiel Badminton

Die Schülerinnen und Schüler erweitern ihre grundlegenden Fähigkeiten in Bezug auf regelgerechtes, situativ angepasstes und faires Spielen.

Verpflichtend sind dabei folgende technischen Fertigkeiten: Aufschläge, Grundschläge, Angriffs- und Abwehrschläge.

Den Körper trainieren, die Fitness verbessern (Vorbereitung des Schulsportkurses)

Die Schülerinnen und Schüler können in sportartunabhängigen Anforderungssituationen z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen.

Fahren / Rollen / Gleiten: Anwendung im Schulsportkurs

Die Schülerinnen und Schüler können sich in komplexen Bewegungssituationen beim Skifahren (Alpin, Langlauf, Schneewandern) unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Gelände und Witterung im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen (Erzeugen von Antrieb, Bremsen, Kurven fahren, Ausweichen). Sie können das eigene Fahrverhalten einschätzen und im Hinblick auf das von anderen und/oder die Situation abstimmen und ggf. verändern. Sie können alleine und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen, Sicherheitsregeln, Hilfestellungen) erläutern und anwenden.