

# Kompetenzraster Sport Stufe 7 (G8 – Stand: 01.08.2014)

## Leichtathletik

Die Schülerinnen und Schüler können leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weitsprung, Wurf 200g Ball) auf erweitertem technisch - koordinativen Fertigniveau (Starttechnik, Staffelläufe, rhythmisches Überlaufen von Hürden) ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern.

Die Schülerinnen und Schüler erproben verschiedene Varianten des Hochsprungs in der Grobform.

Ein abschließender 3-Kampf (Sprint, Sprung & Wurf) ist verpflichtend.

## Turnen

Die Schülerinnen und Schüler können an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch - koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden ausführen und verbinden. Folgende Elemente sind verpflichtend:

Boden – Rolle vorwärts/rückwärts, Streck sprung mit Drehung, Handstand, Rad

Reck – Felgauf- und -unterschwung

Sprung: Grätsche über den Bock, Hocke über den Kasten quer

Die Schülerinnen und Schüler können zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.

Sie können in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen.

## Gymnastik / Tanz

Die Schülerinnen und Schüler können Bewegungskünste mit dem Seil oder einem anderen Handgerät in Grobform ausführen und durch Veränderung des Schwierigkeitsgrades, die Bewegungsgestaltungen erweitern.

## Ballspiele: 2. Zielschusspiel Fußball (Kleinfeldspiele als Grundspiel auf dem Weg zum Wettspiel)

Die Schülerinnen und Schüler können aufgrund individueller Leistungsentwicklung (elementare Techniken wie Führen, Annehmen und Stoppen des Balles, Passen, Torschuss etc.) regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen 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.

Die Erprobung eines Schnelligkeitstests im Dribbeln findet statt.

## Ballspiele: 2. Rückschlagspiel Volleyball (Wahrnehmen und Spielen lernen)

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

Verpflichtend sind dabei folgende technischen Fertigkeiten: oberes und unteres Zuspiel, unterer Aufschlag, Einführung in den Angriffsschlag

## Ringern und Raufen

Die Schülerinnen und Schüler können die grundlegenden Techniken des Fallens, Haltens und Befreiens. Sie können Ausweichen, Blocken und Fintieren.

Sie können Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln durchführen und leiten.

Sie können die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen und formulieren.