

OHG Nagold/Fachschaft Sport

Curriculum Sport Klasse 8, Mädchen

Bewegungsabläufe beschreiben

Maßnahmen zum Helfen und Sichern beschreiben und anwenden

Geräte auf- und abbauen

die Regeln der unterrichteten Sportarten in grundlegender Form benennen

die Reaktionen und Anpassungserscheinungen des Körpers bei Belastung nennen

Inhalte	Umsetzung im Unterricht
Leichtathletik	
Laufen	<ul style="list-style-type: none">• 75 m-Lauf• 800 m-Lauf• Läufe im Freien, auch über längere Distanzen
Springen	<ul style="list-style-type: none">• Weitsprung/Hocksprung• Hochsprung/Flop
Werfen	<ul style="list-style-type: none">• Ballwurf 200g• Würfe mit verschiedenen Geräten• Einführung Kugelstoß
Turnen	
	<ul style="list-style-type: none">• Helfen und Sichern
Boden	<ul style="list-style-type: none">• Variationen von Rollen• Radwende• Vorbereitung des Handstützüberschlags
Sprung	<ul style="list-style-type: none">• Hocke• Veränderungen des Brettabstandes
Stufenbarren	<ul style="list-style-type: none">• Weiterentwicklung der Grundformen
Reck	<ul style="list-style-type: none">• Auf-, Umschwünge
Schwebebalken	<ul style="list-style-type: none">• Sprungaufhocken• Sprünge, Drehungen, Schrittarten• Radwende

Gymnastik/Tanz	<ul style="list-style-type: none"> • Grundformen mit und ohne Handgerät (Seil) • Bewegungsverbindungen/ Tanz • Improvisationen
Schwimmen	Auf Grund der Schwimmhallensituation in Nagold nicht möglich
Spiele	
	<ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende und vielseitige Spielschulung • Erfassen und Umsetzen des Spielgedankens
Basketball	<ul style="list-style-type: none"> • spielspezifische Grundtechniken • Korbleger aus dem Dribbling • Positionswurf
Volleyball	<ul style="list-style-type: none"> • Festigung und Erweiterung der Grundtechniken • Aufschlag von unten, Annahme • Spiele 3:3; 4:4, auch 3 mit 3, 4 mit 4
Wahlbereich	<ul style="list-style-type: none"> • weitere Spiele sind möglich