

## **Kern - und Schulcurriculum für Klasse 9/10    SPORT    22.2.2008**

### **Leichtathletik:**

Kugelstoß Mädchen: 3 kg; Jungen 4 kg (Noten)

Coopertest

100 m Lauf

Weitsprung

Laufabzeichen evtl. (Bestelladresse dafür: Badischer Leichtathletik - Verband, Am Fächerbad 5, 76131 Karlsruhe Tel. 0721/183850 8.15-13 Uhr)

### **Geräteturnen:**

#### **Jungen:**

Boden: Felgrolle, Überschlagsbewegungen vorwärts, rückwärts, seitwärts; Radwende.

Sprung: Handstützüberschlag mit Minitrampolin: Hocke längs.

#### **Mädchen:**

Boden: Überschlagsbewegungen vorwärts, rückwärts, seitwärts; Felgrolle.

Sprung: Hocke über Kasten quer.

### **Gymnastik/Tanz** (nur Mädchen)

Band: Einführung und Aufbau

Note für Kür mit Pflichtteilen.

Aktuelle Tanzform

Bewegungsverbindungen ohne Handgerät.

Festigen und Weiterführen der Inhalte aus Klasse 7/8

### **Ballsportarten:**

#### **Volleyball:**

Verbesserung unteres Zuspiel; Einführung Schmetterschlag und Block; Gruppen- und Mannschaftstaktik; mindestens 4/4 (wahlweise 6/6, dann vorgezogene 6)

Angriffsverhalten nach Annahme und Stellen.

#### **Basketball:**

1. Festigen der Grundformen

2. Einführung Sprungwurf

3. Überzahlspiel 3:1 und 3:2

Gruppen - und Mannschaftstaktik

Vermittlung einer Grundaufstellung und einer einfachen Mann gegen Mann Verteidigung.

#### **Fußball:**

Weiterführung der Inhalte aus Klasse 7/8

Überzahlspiele 4:2 und 5:2

Auch 4:4 und 3:3

#### **Handball:** (nur Jungen)

Festigen der Grundformen

Dribbeln, Passen, Sprungwurf, Überzahlspiele.

Spiel 4:4

Einfache 6:0 Verteidigung; Kreuzen;

Situationsgerechtes Spielverhalten in Angriff und Abwehr.

**Tennis** als Ergänzung.

**Fachkenntnisse:**

Die Regeln der vermittelten Ballsportarten in grundlegender Form benennen.

Eine Schiedsrichtertätigkeit übernehmen können.

Einfache biologische Reaktionen auf körperliche Belastungen erfahren und erkennen.

Die Möglichkeiten der Leistungssteigerung durch Training erklären.

Die Bedeutung des eigenen sportlichen Handelns für eine gesunde Lebensführung beschreiben.