

<b>Klasse 9</b> <b>Sport</b> <b>Volleyball</b>	<b>Hauptziele</b> - Erweiterung spielerischer Handlungsfähigkeit	<b>Leistungsnachweise</b> Unterrichtsbegleitend, s. Punkt 4
--	---	--

### 1. Fachsprache

- Vertiefung und Konkretisierung fachspezifischer Begriffe, wie z.B. Pritschen, Baggern, Raumdeckung

### 2. Fördern und Fordern

- Besonders begabten Lernenden sollen die Möglichkeit bekommen, sich bei Jugend trainiert für Olympia mit leistungsstarken Teams zu messen.

### 3. Hilfsmittel, Materialien und (digitale) Medien

- IPad-Nutzung zum Üben von technisch-taktischen Fertigkeiten (via Youtube- Videos und z.B. *Coach's Eye*)
- Einsatz/Umgang mit Arbeitsaufträgen auf Arbeitskarten

### 4. Leistungsbewertung (und alternative Lernleistungen)

- Beurteilung der Spielfähigkeit (je nach Lerngruppe in Duo- oder Quattroform)
- Beurteilung einzelner technischer Fertigkeiten wie Baggern, Pritschen, Angriffsschlag

### 5. Übersicht über die zu fördernden Kompetenzen

- SuS können Spielpositionen funktional erfassen und so verschiedene Spielrollen erfüllen
- SuS erlernen volleyballspezifische Techniken (Baggern, Pritschen, Angriffsschlag, Angabe)
- SuS kennen typische Elemente des Volleyballs (u.a. Punktgewinn, Fehler wie Übertritt oder Netzberührung, Rotationsprinzip beim Großfeldspiel)



<b>Klasse 9</b> <b>Sport</b> <b>Leichtathletik</b>	<b>Hauptziele (Diskus, Speer)</b> - Erweiterung der Wurfgewandtheit	<b>Leistungsnachweise</b> Unterrichtsbegleitend, s. Punkt 4
--	--	--

### 1. Fachsprache

- Erlernen und Anwenden sportartspezifischer Begriffe wie z.B. Impulsübertragung, Bogenspannung, Rhythmisierung

### 2. Fördern und Fordern

- Besonders begabte Lernende sollen die Möglichkeit bekommen, sich bei Jugend trainiert für Olympia mit leistungsstarken Teams zu messen.

### 3. Hilfsmittel, Materialien und (digitale) Medien

- iPad-Nutzung zum Üben von technischen Fertigkeiten (via Youtube- Videos, via App *Coach's Eye* o.ä.)
- Einsatz/Umgang mit Arbeitsaufträgen und Technikleitbildern auf Arbeitskarten

### 4. Leistungsbewertung (und alternative Lernleistungen)

- Teil 1 (z.B. 60%): Quantitative Leistungsbewertung anhand von Wurfweiten
- Teil 2 (z.B. 40%): Qualitative Leistungsbewertung anhand von bekannten technischen Hauptmerkmalen (z.B. Verwindung Oberkörper und Wurfauslage beim Speer)

### 5. Übersicht über die zu fördernden Kompetenzen

- SuS lernen Griffarten kennen und wenden diese an.
- SuS lernen sportartspezifische Sicherheitsstandards kennen und wenden diese an.
- SuS lernen einfache Biomechanische Prinzipien (z.B. Beschleunigungsweg, Koordination der Einzelimpulse) kennen, verstehen sie und wenden diese an.
- SuS führen die Hauptkriterien der Speerwurf- bzw. Diskuswurftechnik korrekt aus.



<p><b>Klasse 9</b> <b>Sport</b> <b>Tanzen</b></p>	<p><b>Hauptziele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterung der Fähigkeit, tänzerische Bewegungsformen auszuprobieren und eine Choreographie zu gestalten</li> <li>- Erlernen von Bewegungstechniken mit und ohne Gerät</li> </ul>	<p><b>Leistungsnachweise</b></p> <p>Unterrichtsbegleitend, s. Punkt 4</p>
---	--	---

### 1. Fachsprache

- Vermittlung fachspezifischer Sprache, z.B. Takt, Rhythmus, Zählzeiten, Beats per Minute (bpm), Begriffe von Raumlinien und Aufstellungsformen

### 2. Fördern und Fordern

- durch ein vielfältiges und sich im Schwierigkeitsgrad unterscheidendes Übungsmaterial und Schrittangebot wird den Lernenden die Möglichkeit gegeben, sich individuell weiterzuentwickeln.

### 3. Hilfsmittel, Materialien und (digitale) Medien

- iPad-Nutzung zum Üben von motorisch-gestalterischen Fähigkeiten (via Youtube- Videos/Tutorials, via App *Coach's Eye* o.ä.)
- Einsatz/Umgang mit Arbeitsaufträgen auf Arbeitskarten

### 4. Leistungsbewertung (und alternative Lernleistungen)

- Gruppenchoreographie mit Schwerpunkt Raum, Zeit, Form (Gestaltungskriterien)
- Einzel- oder Doppelpräsentation mit Schwerpunkt „Umgang mit einem Handgerät“

### 5. Übersicht über die zu fördernden Kompetenzen

- Die SuS lernen Raumwege, Richtungen und Aufstellungsformen kennen und setzen sie in der Gruppenchoreographie um.
- Erweiterung der Fähigkeit, rhythmische Bewegungsfolgen zu erstellen und auszugestalten (Schrittvariationen, Armbewegungen etc.)
- Die SuS erweitern ihre Fertigkeit, Bewegungen mit Handgeräten auszuführen.



<p><b>Klasse 9</b> <b>Sport</b> <b>Sich fit halten</b></p>	<p><b>Hauptziele</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterung der Kenntnisse von Bewegungs- und Belastungsformen und deren motorische Umsetzung</li> <li>- Sensibilisierung für die Notwendigkeit einer regelmäßigen sportlichen Betätigung zur Erhaltung der Gesundheit</li> </ul>	<p><b>Leistungsnachweise</b></p> <p>Unterrichtsbegleitend, s. Punkt 4</p>
--	---	---

### 1. Fachsprache

- Vermittlung fachspezifischer Sprache bzw. Begriffe aus dem Bereich Fitness wie *Wiederholungen, Sätze, Intervall*

### 2. Fördern und Fordern

- durch ein sich im Schwierigkeitsgrad unterscheidendes Übungs- und Trainingsmethodenangebot wird den Lernenden die Möglichkeit gegeben, sich individuell angemessen zu trainieren und weiterzuentwickeln.

### 3. Hilfsmittel, Materialien und (digitale) Medien

- iPad-Nutzung zum Erlernen verschiedener Kräftigungsübungen (via Youtube- Videos/Tutorials)
- Einsatz/Umgang mit Arbeitsaufträgen auf Arbeitskarten

### 4. Leistungsbewertung (und alternative Lernleistungen)

- Sportmotorische Tests (konditionelle bzw. koordinative Fähigkeiten)

### 5. Übersicht über die zu fördernden Kompetenzen

- SuS kennen grundsätzliche funktionale Methoden des Kraft- und Ausdauertrainings und erkennen den gesundheitlichen Wert.
- SuS halten mindestens 30 Minuten ausdauerndes Laufen sowie ein Kraftausdauertraining durch.
- SuS führen Kräftigungsübungen der großen Muskelgruppen korrekt aus.
- SuS wenden Bewegungstechniken (z.B. Rope-Skipping) korrekt an.

