



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook

Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 5

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Schwimmen	ca. 70	Ja
2	Sich fit halten	6-12	Ja
3	Sportspiele	6-12	Ja
4	Turnen	6-12	Ja
5	Laufen, Springen, Werfen	6-12	Ja

Jahrgang:	5
Thema/Einheit:	Schwimmen
Umfang (in Stunden):	Ca. 70
Leistungsnachweis:	Schwimmabzeichen
Medienkompetenz:	-

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• Bewältigen des Wassers bis zum sicheren Bewegen im Wasser • Entwickeln und Verbessern von grundlegenden Fähigkeiten und Schwimmtechniken • Springen ins Wasser • Sich-Orientieren in und unter Wasser • Einhalten von Baderegeln und Hygienevorschriften	• Kenntnisse: Baderegeln und Sicherheitsvorschriften kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: sich mit der Brust- und/oder Kraultechnik fortbewegen und eine individuell angemessene Strecke und Tiefe tauchen • Einstellungen: sich freudvoll im Wasser bewegen	

Jahrgang:	5
Thema/Einheit:	Sich Fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabzeichen
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• ausdauerndes Laufen	• Kenntnisse: Ausdauer erklären können • Fähigkeiten/Fertigkeiten: mind. 30 Minuten laufen können, angemessenes Lauftempo bestimmen können • Einstellungen: Anstrengungsbereitschaft zeigen	

Jahrgang:	5
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
situationsorientiertes Spielen im Rahmen der Ballschule/Zielspiel: Völkerball	- Kenntnisse: Regeln des Völkerballspiels - Fähigkeiten/Fertigkeiten: Verbesserung der Wurf- und Fangtechniken - Einstellungen: sich für die Mannschaft einsetzen & Fairplay	Völkerballturnier der Klassen 5/6 kurz vor Weihnachten

Jahrgang:	5
Thema/Einheit:	Turnen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	eigene Videos mit Lehrvideos vergleichen (Internet/Hudl technique)

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• Erlebnisturnen	• Kenntnisse: - Bewegungsprobleme erkennen und erfassen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: - Grundtätigkeiten des Bewegens an Geräten erfahren und bewältigen: Klettern, Balancieren, Stützen, Schwingen, Rollen • Einstellungen: - Ängste bewältigen und Freude erleben	• Selbsteinschätzung
	• individuelle Bewegungsaufgaben stellen	

Jahrgang:	5
Thema/Einheit:	Laufen, Springen, Werfen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Sprintwettkampf
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Sprint	- Kenntnisse: erkennen Sprint als Basis für andere Disziplinen und Sportarten - Fähigkeiten/Fertigkeiten: erlernen Lauf- und Starttechnik - Einstellungen: einen Wettbewerb bestmöglich abschließen	
	bewertet wird die individuelle Steigerung der Leistung	



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook

Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 6

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Sich fit halten	6-12	Ja
2	Sportspiele	6-12	
3	Raufen, Ringen, Verteidigen	6-12	Ja
4	Turnen	6-12	Ja
5	Laufen, Springen, Werfen	6-12	Ja
6	Rollen und Gleiten	6-12	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabteichen
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• ausdauerndes Laufen	• Kenntnisse: Ausdauer erklären können • Fähigkeiten/Fertigkeiten: mind. 45 Minuten laufen können, angemessenes Lauftempo bestimmen können • Einstellungen: Anstrengungsbereitschaft zeigen	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
situationsorientiertes Spielen im Rahmen der Ballschule/Zielspiele: 10er-Ball, Chuckball, Brennbball, etc.	- Kenntnisse: über Regelkenntnisse in verschiedenen Spielen verfügen - Fähigkeiten/Fertigkeiten: Ballbesitz und Ballabgabe kontrollieren - Einstellungen: angemessen mit Sieg/Niederlage umgehen	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Raufen, Ringen, Verteidigen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	zu Ritualen und Regelkunde
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
kleine Kampfspiele	- Kenntnisse: ein Begrüßungsritual und ein „Stopp-“ Signal kennen - Fähigkeiten/Fertigkeiten: Körperkontakt zulassen, Kontaktpunkte im Kampf nutzen - Einstellungen: Sicherheits- und Kampfregeln einhalten –fair kämpfen	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Turnen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Präsentation einer Partnerkür mit mind. 4 Turnelementen am Boden
Medienkompetenz:	eigene Videos mit Lehrvideos vergleichen (Internet/Hudl technique)

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Bodenturnen	- Kenntnisse: Bewegungsprobleme erkennen und in Worte fassen - Fähigkeiten/Fertigkeiten: Rolle vor-/rückwärts, Rollen in Verbindung mit anderen Turnelementen, (Handstand/Rad) - Einstellungen: ein positives Körpergefühl entwickeln	
	diff. Aufgabenstellungen	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Laufen, Springen, Werfen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	eigene Videos mit Lehrvideos vergleichen (Internet/Hudl technique)

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• Sprungschule, Wurfschule	• Kenntnisse: leichtathletische Grundbegriffe erfassen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: verschiedene Sprünge/Würfe ausführen • Einstellungen: die eigene Leistung zu anderen in Beziehung setzen	

Jahrgang:	6
Thema/Einheit:	Rollen und gleiten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Waveboard	- Kenntnisse: Sicherheitsregeln kennen und einhalten - Fähigkeiten/Fertigkeiten: kontrolliertes Fahren - Einstellungen: etwas wagen	



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook
Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 7

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Sich fit halten	6-12	Ja
2	Turnen	6-12	Ja
3	Sportspiele (Basketball)	6-12	
4	Sportspiele (Badminton)	6-12	
5	Laufen, Springen, Werfen	6-12	Ja

Jahrgang:	7
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabzeichen
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• ausdauerndes Laufen • Kraft	• Kenntnisse: Ausdauer erklären können, Kraftausdauer erklären können • Fähigkeiten/Fertigkeiten: mind. 45 Minuten laufen können, angemessenes Lauftempo bestimmen können, Kraftausdauertraining durchhalten • Einstellungen: Anstrengungsbereitschaft zeigen	

Jahrgang:	7
Thema/Einheit:	Turnen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Präsentation verschiedener Sprünge
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
vom Sprungbrett zum Minitrampolin	- Kenntnisse: Sicherheitsregeln kennen und befolgen - Fähigkeiten/Fertigkeiten: verschiedene Sprünge ausführen können - Einstellungen: Risiken realistisch einschätzen	
	verschiedene Sprünge und Sprunghöhen	

Jahrgang:	7
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	Korbwurfanalyse per Video und Abgleich mit NBA Spieler

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Basketballspiel	• Kenntnisse: grundlegende Regelkenntnisse • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Prellen, Korb erzielen • Einstellungen: sich für Fairplay einsetzen	

Jahrgang:	7
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	Erstellen eines Lehrvideos

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Badminton	• Kenntnisse: Regelkenntnisse • Fähigkeiten/Fertigkeiten: spezifische Badmintontechniken anwenden, einfache Distanzregulation / Kraft, Richtung, Drall dosieren • Einstellungen: sich mit einem Gegner messen	
	• Partner wechseln ständig	

Jahrgang:	7
Thema/Einheit:	Laufen, Springen, Werfen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Wettkampf
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Weitsprung	• Kenntnisse: Wettkampfbregeln kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: über notwendige motorische Fähigkeiten verfügen, Anlauf richtig auswählen • Einstellungen: einen Wettkampf bestmöglich abschließen	



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook

Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 8

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Sich fit halten	6-12	Ja
2	Raufen, Ringen, Verteidigen	6-12	Ja
3	Turnen	6-12	Ja
4	Sportspiele (Basketball)	6-12	
5	Sportspiele (Einführung Volleyball)	6-12	Ja

Jahrgang:	8
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabzeichen
Medienkompetenz:	Nutzung von Laufapps

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
siehe Jahrgang 7	siehe Jahrgang 7	

Jahrgang:	8
Thema/Einheit:	Raufen, Ringen, Verteidigen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Selbst- und Fremdbewertung
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Partnerkämpfe	• Kenntnisse: Gleichgewicht und Körperspannung als grundlegende Fähigkeit erkennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: einfache Bodenkämpfe mit- und gegeneinander durchführen, Voraussetzungen des Gegners einschätzen und nutzen • Einstellungen: in Kampfsituationen Emotionen wahrnehmen und kontrollieren	

Jahrgang:	8
Thema/Einheit:	Turnen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Präsentationen
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Erlebnisparcours	• Kenntnisse: Sicherheitsregeln kennen und befolgen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Hindernisse überwinden, verschiedene Techniken kennen und anwenden • Einstellungen: Risiken realistisch einschätzen	
	• individuelle Auswahl der Hindernisse und Technik	

Jahrgang:	8
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	Korbwurfanalyse per Video und Abgleich mit NBA Spieler

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Basketball	• Kenntnisse: Grundstrukturen von Angriff und Abwehr kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: erwerben eine Ballkoordination, wenden Korbleger an • Einstellungen: sich für Fairplay einsetzen, sich für die Mannschaft einsetzen	

Jahrgang:	8
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Techniktest
Medienkompetenz:	Erstellen eines Lehrvideos

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Einführung Volleyball	• Kenntnisse: Grundregeln und –techniken kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: können Baggern und Pritschen in Grobform • Einstellungen: Bereitschaft Volleyball zu erlernen	



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook

Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 9

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Sich fit halten	6-12	Ja
2	Bewegungsgestaltung und Tanz	6-12	Ja
3	Sich fit halten	6-12	
4	Sportspiele	6-12	
5	Sportspiele	6-12	Ja
6	Rollen und Gleiten	6-12	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabzeichen
Medienkompetenz:	Nutzung von Laufapps

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
siehe Jahrgang 7	siehe Jahrgang 7	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Bewegungsgestaltung und Tanz
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Präsentation
Medienkompetenz:	Selbstanalyse (Video): Ablauf, Ausdruck, Synchronität

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
• Aerobic oder • Capoeira oder • Diskofox oder • Hiphop oder • ?	• Kenntnisse: Grundformen der Bewegung kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Bewegung zur Musik rhythmisieren, einfache Schrittfolgen im Takt ausführen • Einstellungen: ein positives Selbstbild gegenüber Bewegung zur Musik entwickeln	
	• individuelle Auswahl an Schritte/Bewegungsvorbildern	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Rückenschule, Kraft	• Kenntnisse: grundsätzliche Kenntnisse über Sinn und Zweck der Rückenschule • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Rückengerechtes Heben/Tragen können, Kräftigungs-, Koordinations- und Stabilisierungsübungen korrekt ausführen • Einstellungen: eigene Rückenfitness außerhalb der Schule verbessern	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	Erstellen eines Lehrvideos

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Volleyball	• Kenntnisse: Grundstrukturen in Angriff und Abwehr erkennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Baggern und Pritschen situativ richtig anwenden, Angabe spielen können • Einstellungen: Bereitschaft sich über eine Spielphase hinaus anzustrengen	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Klassenturnier
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Badminton	• Kenntnisse: Erfolgsmöglichkeiten berechnen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: über Orientierung auf dem Feld und zum Ball verfügen, Laufwege und Lauftempo zum Ball festlegen • Einstellungen: sich mit einem Gegner messen	

Jahrgang:	9
Thema/Einheit:	Rollen und Gleiten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Waveboard	• Kenntnisse: Sicherheitsregeln einhalten • Fähigkeiten/Fertigkeiten: stehen, starten, fahren • Einstellungen: etwas wagen	



Grund- und Gemeinschaftsschule am Brook

Schulinternes Fachcurriculum

Sport / Jahrgang: 10

Themenübersicht

	Thema/Einheit	Umfang (in Unterrichtsstunden)	Leistungsnachweis
1	Sich fit halten	6-12	Ja
2	Turnen	6-12	Ja
3	Sportspiele (Badminton))	6-12	Ja
4	Sportspiele (Volleyball)	6-12	
5	Optional: Sich fit halten	6-12	

Jahrgang:	10
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Laufabzeichen
Medienkompetenz:	Nutzung von Laufapps

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
siehe Jahrgang 7	siehe Jahrgang 7	

Jahrgang:	10
Thema/Einheit:	Turnen
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Präsentation
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Parcours	• Kenntnisse: Sicherheitsregeln kennen und befolgen (Wiederholung aus Klasse 8) • Fähigkeiten/Fertigkeiten: Hindernisse turnerisch überwinden, verschiedene Techniken kennen und anwenden • Einstellungen: Risiken realistisch einschätzen • individuelle Auswahl der Hindernisse und Technik	

Jahrgang:	10
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Klassenturnier
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Badminton	• Kenntnisse: Angriff planen und Punkte herausspielen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: situationsadäquate Entscheidungen treffen, Winkel steuern • Einstellungen: die eigene Spielstärke einschätzen	

Jahrgang:	10
Thema/Einheit:	Sportspiele
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	Spiel gegen Lehrkräfte
Medienkompetenz:	

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Volleyball	• Kenntnisse: Grundstrukturen in Angriff und Abwehr benennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: baggern und pritschen situativ richtig anwenden, Angabe spielen können • Einstellungen: Bereitschaft sich über eine Spielphase hinaus anzustrengen	

Jahrgang:	10
Thema/Einheit:	Sich fit halten
Umfang (in Stunden):	6-12
Leistungsnachweis:	
Medienkompetenz:	Erstellen eines Lehrvideos

Verbindliche Themen und Inhalte	Kompetenzen (inhalts- und prozessbezogen, ggf. Differenzierung)	Hinweise (Material, Methoden, Exkursionen etc.)
Orientierungslauf	• Kenntnisse: Grundkenntnisse des Orientierungslaufs kennen • Fähigkeiten/Fertigkeiten: angemessenes Gruppenlauftempo bestimmen, sich orientieren können • Einstellungen: eigene Stärken in die Gruppe einbringen	