

Jg. 7/8	Leichtathletik: Werfen, Sprung	Stunden: 12

	Die Schülerinnen und Schüler können...
Inhaltsbezogene Kompetenzen/ Sachkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • Die individuell adäquate Hochsprungtechnik anwenden (Schersprung, Flop, Wälzsprung) • ihre individuelle Anlaufentfernung und Anlaufgeschwindigkeit beim Weitsprung festlegen • vom Brett aus dem schnellen Anlauf abspringen • den einarmigen Schlagwurf aus dem Grundrhythmus ausführen • eine Kugel aus dem Stand stoßen
Methodenkompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • mit verschiedenen Wurfgeräten werfen • Wurfstationen, Wurfspiele, Partnerarbeit mit Beobachtungsaufgaben erproben • mit Medizinbällen und Kugeln stoßen • Hindernisspringen, Springen mit Sprungbrettern, von erhöhten Absprüngen • Fliegen und Landen
Bewusstsein, Reflexion und Urteil	<ul style="list-style-type: none"> • die Funktionalität spezifischer Wurftechniken reflektieren • über Verbesserungsmöglichkeiten für die eigene und die Leistung anderer reflektieren • unterschiedliche Hochsprungstechniken kennen

Erweitertes Niveau	Herausforderndes Niveau
<ul style="list-style-type: none"> • die Hochsprungstechnik überwiegend in der Feinform zeigen 	<ul style="list-style-type: none"> • die Hochsprungstechnik in der Feinform zeigen • die Kugelstoßtechnik mit Angleiten zeigen

Materialhinweise	Verbindliches Überprüfungsformat	Verbindliche Lern- und Arbeitstechnik
<ul style="list-style-type: none"> • Maßband • Wurfgegenstände 	<ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen der Leistungstabelle 	<ul style="list-style-type: none"> •

<ul style="list-style-type: none">• Kugeln	<ul style="list-style-type: none">• Leistungsbereitschaft• Leistungssteigerung	
--	---	--