

Inhalt:		Variantenreiches Werfen
Kompetenzen: Die Schülerinnen und Schüler können:	Sachkompetenz	<p>Grundlegende Kompetenzen im Bereich „Werfen“</p> <ol style="list-style-type: none"> ein Wurfgerät (Schleuderball, Schlagball, Diskus, Speer,...) mit Anlauf weit werfen schocken, stoßen und drehwerfen unterschiedliche Wurfgeräte möglichst weit erfüllen die Anforderungen der Bundesjugendspiele bzgl. Schlagball und Ballwurf zwischen gültigen und ungültigen Würfen unterscheiden <p>Erweiterte Kompetenzen</p> <ol style="list-style-type: none"> das Drehwerfen (Schleuderballwerfen in der Grobform) verfeinern das Diskuswerfen /das Speerwerfen aus dem Stand verfeinern den Impulsschritt umsetzen (Schlagball, Speerwurf) die Anforderungen der Bundesjugendspiele bzgl. Schleuderball erfüllen <p>Grundlegende Kompetenzen im Bereich „Kugelstoßen“</p> <ol style="list-style-type: none"> das Kugelstoßen aus der Stoßauslage in der Grobform beherrschen (Standstoß) schocken und stoßen unterschiedliche Wurfgeräte möglichst weit beherrschen ein Stoßen mit Nachstellschritt in der Grobform zwischen gültigen und ungültigen Stößen unterscheiden <p>Erweiterte Kompetenzen</p> <ol style="list-style-type: none"> Erfahrungen mit der Rückenstoßtechnik sammeln Erfahrungen mit der Drehstoßtechnik sammeln
	Methoden	<ul style="list-style-type: none"> technisch- koordinative Besonderheiten unterscheiden (z.B. kurze oder lange Schlaufen beim Schleuderball, Würfe aus dem Stand oder aus der Drehbewegung...) Phasenbilder beschreiben das Trainingsprinzip „vom Einfachen zum Komplexen“ nachvollziehen Partner unterstützend üben (Ergebnisse und Verbesserungen registrieren, Wurfgeräte dem Partner schnell zur Verfügung stellen...)
	Körperbewusstse in, Reflexion und Urteil	<ul style="list-style-type: none"> erkennen und beschreiben Unterschiede verschiedener Bewegungslösungen bei sich und bei anderen erfahren Kraft und Schnelligkeit als Teilkomponenten der Kondition erfahren die Freude am“ Fliegen“ des Flugobjektes
Reihenvorschlag		Materialhinweise
		<ul style="list-style-type: none"> Maßbänder Wurfmaterial, s.o. Markierungsmaterial Lit.: “Sportiv“, Leichtathletik, A. Zeuner, Ernst Klett Verlag
Fächerübergreifende Themen (Vorschläge)		Leistungsbeurteilung
		<ul style="list-style-type: none"> Anforderungen der Bundesjugendspiele Leistungsbereitschaft Leistungssteigerung

7/8 Sport- UE 3 (Wt)	Erfahrungs- und Lernfeld Leichtathletik: Werfen, Stoßen	Stunden:je 2 Stunden pro Disziplin
-------------------------	--	--