

**Jahrgangsstufe (7) – 40 Wochen \* 2 Stunden, (60 Min.) 1\*Sport + 1\*Schwimmen**  
**Obligatorik: 57 Stunden /Freiraum: 23 Stunden**

- 25. Sich selbst retten können – Gefahren im Wasser sicher begegnen.
- 26. Hin und her – Vertiefung der erlernten Schwimmtechniken unter besonderer Berücksichtigung der Verbesserung der allgemeinen aeroben Ausdauer
- 27. Aufwärmen sinnvoll gemacht – wir erlernen das allgemeine und sportartspezifische Aufwärmen an unterschiedlichen Beispielen.
- 28. Groß und klein, kann schon sein – Vom Kleinfeldfußball zum großen Spiel.
- 29. Tanzen wie die Stars – wir entwickeln eine aktuelle Tanzchoreographie.
- 30. Akrobatische Kunststücke – eine turnerische Gestaltung entwickeln und präsentieren.
- 31. Das hab ich noch nie gemacht – Hochsprung als neue Herausforderung bewältigen
- 32. Spritzer? Nein danke! – Wir springen vom 1- und 3-Meterbrett.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
25	4.7	A,F	5	4	1		1					1
26	4.8	D,F	10	1,2,3	1	1				1,2		2
27	1.2	A,F	4	1	1		1					1
28	2.3	E	10	1,2	1		1				1,3	
29	6.3	B,E,F	8	1,2,3	1,2	1		1,3			1,2	3
30	5.4	E,B,C	6	3	1,2	2		1,2	3		2,3	
31	3.5	A,B	6	2,3	2,3		1,2,3					
32	4.9	B,D	8	1,4		1	1	1		1		

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; PP = Pädagogische Perspektiven; Std. = Stunden; BWK = Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz; IF (a – f) = Inhaltsfelder (die Kleinbuchstaben verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven; die Kleinbuchstaben sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen)