# Kämpfen (Judo)

**Alle Schüler/innen können...**

**Sach- kompe-tenz**

- die Fallübungen rückwärts und seitwärts in Grobform leisten
- eine Wurftechnik und einen Haltegriff in Grobform ausführen
- fair und partnerschaftlich mit- und gegeneinander kämpfen
- sich auf körperliche Nähe einlassen

**Methoden**

- spielerische Übungen mit Körperkontakt ausüben
- Kooperations- und Vertrauensspiele ausführen
- Kampfspiele (Ringen und Raufen) spielen
- die Fallübungen im Liegen, aus der Hocke, aus dem Stand ausführen
- nach einfachen Regeln miteinander kämpfen
- partnerweise Stand- und Bodentechniken üben und vorführen

**Bewusstsein, Reflexion und Urteil**

- vereinbarte Regeln und Rituale einhalten
- üben und kämpfen ohne aggressive Handlungen auszuführen
- Probleme bei der Ausführung von Techniken und Wettkampfsituationen beschreiben
- Rücksicht nehmen auf unterschiedliche körperliche Voraussetzungen anderer
- angemessen mit Sieg und Niederlage umgehen

**Fächerübergreifende Kompetenzen**

- Bedeutung v. Ordnungen und Regeln erkennen
  Fair Play anwenden
- Ich- Stärkung erreichen
- Mitmenschen achten und Rücksicht nehmen
- Bedeutung von Kampfsportarten kennen

**Erweitertes Niveau**

- Verantwortung für sich und andere übernehmen
- ihre eigenen Kräfte dosiert und zielgerichtet einsetzen
- grundlegende Fertigkeiten überwiegend in der Feinform ausführen

**Herausforderndes Niveau**

- Lösungsansätze bei Problemen formulieren
- die Gesundheit (Unversehrtheit) des Partners/in und die eigene Gesundheit höher als den eigenen Sieg bewerten
- grundlegende Fertigkeiten in der Feinform zeigen

**Verbindliche fachmethodische Kompetenz**

- in Partnerarbeit einen Haltegriff erlernen und vorführen
- Präsentation

**Verbindliche Lern- und Arbeitstechnik**

**Materialhinweise**

Matten
„Kämpfen im Sportunterricht“, Deutscher Judobund

**Verbindliches Überprüfungsformat**

Präsentation der erlernten Techniken
Leistungsbereitschaft, kooperatives Verhalten