

# Schulinterner Lehrplan der Sekundarstufe I für das Fach Sport

(Fassung vom 31.10.2022)

## Inhalt

1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit.....	2
1.1 Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule.....	2
1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung.....	3
1.3 Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfeldes.....	3
1.3.1 Sportstätten der Schule.....	3
1.3.2 Sportstätten im Umfeld der Schule.....	3
1.4 Unterrichtsangebot .....	4
1.5 Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren.....	4
1.6 Außerunterrichtliche Sportangebote, Schulsportfeste und -turniere.....	4
1.6.1 Sporthelferausbildung.....	4
1.6.2 IFK-Schwimmen .....	5
1.6.3 Weitere AG-Angebote .....	5
2 Entscheidungen zum Unterricht.....	5
2.1 Unterrichtsvorhaben .....	5
2.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern.....	6
2.4 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 6 .....	63
2.5 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 7 .....	96
2.6 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 8 .....	131
2.7 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 9 .....	152
2.8 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 10 .....	182
3.0 Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit.....	198
4.0 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung.....	201
5.0 Lehr- und Lernmitteln.....	201

# 1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

## 1.1 Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Der Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild des St.-Michael-Gymnasiums aus. Wir folgen dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schülerinnen und Schülern fördern will. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 durchgängig koedukativ statt. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

Zielsetzung der Fachkonferenz Sport ist es, den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit zu ermöglichen und so nachhaltig die Freude an der Bewegung und am Sport auszuprägen.

Den Schülerinnen und Schülern am St.-Michael-Gymnasiums soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Schulsportwettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Unsere Schule fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schülern durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie ...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstregulation etc.),
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem grundlegenden Bildungs- und Erziehungsauftrag von Schule gerecht wird. Im Besonderen gilt es im Sportunterricht, Möglichkeiten der Partizipation anzustreben und das eigene Handeln zu reflektieren. Dabei verfolgt unser erziehender Sportunterricht auf der Basis der Rahmenvorgaben für den Schulsport eine mehrperspektivische Ausrichtung.

Darüber hinaus können Schülerinnen und Schüler vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des Ganztags sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

## 1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung

Die Fachkonferenz des St.-Michael-Gymnasiums ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart: Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports. Koordinator/Koordinatorin für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne ist der/die jeweilige Fachvorsitzende. Er/Sie verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen. Der schulinterne Lehrplan ist als „dynamisches Dokument“ zu sehen. Dementsprechend sind die dort getroffenen Absprachen stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachschaft trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

## 1.3 Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfeldes

### 1.3.1 Sportstätten der Schule

- Schuleigene Turnhalle mit Internetverbindung und Projektionsmöglichkeiten
- Schuleigener Sportplatz mit Laufbahn, Sprunggrube, Kugelstoßanlage
- Städtische Zweifachhalle mit digitaler Tafel. Angrenzende Rasenfläche mit Sprunggrube, Fußballtoren und Beachvolleyballplatz

### 1.3.2 Sportstätten im Umfeld der Schule

- Nutzung des städtischen Hallenbads (Vennbad)
- Sportplatz „An der Flora“ mit Rundbahn (350m) und Outdoor-Fitness-Park
- Vennbahn und Waldgelände im unmittelbaren Umfeld der Schule

## 1.4 Unterrichtsangebot

Jahrgangsstufe	5	6	7	8	9	10
Unterrichtsstunden	4	3	4	2	3	2

- Einführungsphase der GOST: 3-Stündig
- Qualifikationsphase der GOST (auch P4): 3-Stündig

Das Fahrtenprogramm der Schule sieht in der Jahrgangsstufe 8 eine Schulschifahrt vor, die als Teil des Sportunterrichts durchgeführt wird. Ansprechpartner für die Schulschifahrt ist Herr Probst.

## 1.5 Fachliche Bezüge zu schulischen Standards zum Lernen und Lehren

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich die im Medienkonzept der Schule vereinbarten Themen und Inhalte fachspezifisch aufzugreifen und in konkreten Unterrichtsvorhaben umzusetzen.

## 1.6 Außerunterrichtliche Sportangebote, Schulsportfeste und -turniere

Etwas zu leisten und Leistung zu erfahren sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. Deshalb beschließt die Fachkonferenz, in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts Schulsportwettkämpfe und -turniere zu planen und durchzuführen (z.B. Brennball-Turnier in der Jahrgangsstufe 6).

### 1.6.1 Sporthelferausbildung

Das St.-Michael-Gymnasium bietet im außerunterrichtlichen Schulsport in Kooperation mit dem Landessportbund Schülerinnen und Schülern die Möglichkeit, sich in der Jahrgangsstufe 9 als Sporthelferin bzw. Sporthelfer ausbilden zu lassen. Die Ausbildung und der Einsatz der Sporthelferinnen und Sporthelfer (z.B. Betreuung des Pausensports, Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Betreuung im AG-Angebot) werden von Herrn Probst und Herrn Kirch durchgeführt.

Die Sporthelferinnen und Sporthelfer sollen im Anschluss an ihre Ausbildung jeweils für mindestens ein Jahr zur Mitarbeit im Schulsport eingesetzt werden. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten sie ein Zertifikat für die Förderung des Ehrenamtes an der Schule. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einer Bemerkung auf dem Zeugnis versehen.

### 1.6.2 IFK-Schwimmen

Den Schülerinnen und Schülern der internationalen Förderklassen wird die Möglichkeit angeboten die Schwimmfähigkeit zu erlangen. Ansprechpartner ist Markus Probst.

### 1.6.3 Weitere AG-Angebote

Die Fachschaft Sport bietet folgende weitere Möglichkeiten:

- Temporäres Wettkampftraining für Schulsportmannschaften
- Vorbereitungen auf die Aufnahmeprüfung für das Studium der Sportwissenschaften
- Sport-AGs nach Interessenslage der Schülerinnen und Schüler in Abhängigkeit von verfügbaren Hallenkapazitäten.

## 2 Entscheidungen zum Unterricht

### 2.1 Unterrichtsvorhaben

in der nachfolgenden Übersicht wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsvorhaben dargestellt.

Die Übersicht dient dazu, für die einzelnen Jahrgangsstufen allen am Bildungsprozess Beteiligten einen schnellen Überblick über Themen bzw. Fragestellungen der Unterrichtsvorhaben unter Angabe besonderer Schwerpunkte in den Inhalten und in der Kompetenzentwicklung zu verschaffen. Dadurch soll verdeutlicht werden, welches Wissen und welche Fähigkeiten in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben besonders gut zu erlernen sind und welche Aspekte deshalb im Unterricht hervorgehoben thematisiert werden sollten. Unter den Hinweisen des Übersichtsrasters werden u.a. Möglichkeiten im Hinblick auf inhaltliche Fokussierungen und interne Verknüpfungen ausgewiesen.

Der ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Der Schulinterne Lehrplan ist so gestaltet, dass er zusätzlichen Spielraum für Vertiefungen, besondere Interessen von Schülerinnen und Schülern, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse belässt.

## 2.2 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Bewegungsfeldern

### BF/SB 1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45')
1.1	„ <b>Ausdauer macht Spaß!</b> “ – In unterschiedlichen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen, beschreiben und die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit entwickeln (mind. 15 min.)	5	4
1.2	„ <b>Vielfältig sich selbst und unterschiedliche Geräte bewegen</b> “ – Schulung von grundlegenden motorischen Basisqualifikationen auf der Basis des MoBaK5-Testes	5	4
1.3	„ <b>Fit und leistungsstark</b> “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können (mind. 15 min.)	6	4
1.4	„ <b>intensive sportliche Aktivitäten muss man vorbereiten</b> “ – Kennenlernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe	6	4
<b>Ende Erprobungsstufe (16 UE)</b>			
1.5	„ <b>Vorbereitung nach Plan</b> “ – Planung und Durchführung unterschiedlicher allgemeiner und sportartspezifischer Aufwärmprogramme unter der besonderen Berücksichtigung der Funktionalität	7	4
1.6	„ <b>Ich mach mich fit!</b> “ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	7	4
1.7	„ <b>Fit für die Bretter</b> “ – Unterschiedliche Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski-Exkursion erproben und reflektieren	8	8
1.8	„ <b>Das Fitnessstudio in der Turnhalle</b> “ – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung	9	10

1.9	„ <b>Gekonnt koordinieren</b> “ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung von unterschiedlichen Druckanforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck)	9	6
1.10	„ <b>Abschließend fit werden</b> “ – ausgewählte Ausdauertrainingstrainingsformen zur Entwicklung der persönlichen aeroben Ausdauer begründet planen und eigenständig durchführen (mind. 30 min.)	10	10
<b>Ende Sekundarstufe I (42 UE)</b>			<b>58 UE</b>

## BF/SB 2 - Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45´)
2.1	„ <b>Gemeinsam und kooperativ</b> “ – Unterschiedliche kleine Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation erfahren, begreifen, variieren und an die gemeinsamen Bedürfnisse anpassen	5	6
2.2	„ <b>Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß?</b> “ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln in einer Spielekartei dokumentieren	5	6
2.3	„ <b>Spiele fürs Köpfchen</b> “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („ <i>Games for brains</i> “) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit durchführen und reflektieren	6	4
2.4	„ <b>Wir entwickeln ein neues Spiel</b> “ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum und Gelände) entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Kriterien bewerten	6	4
<b>Ende Erprobungsstufe (20 UE)</b>			
2.5	„ <b>Spiele fürs Köpfchen – jetzt aber selbstgemacht</b> “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („ <i>Games for brains</i> “) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit eigenständig entwickeln und beurteilen	7	4
2.6	„ <b>So spielt man anderswo</b> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) durchführen, analysieren und beurteilen	8	12
<b>Ende Sekundarstufe I (16 UE)</b>			<b>36 UE</b>



**BF/SB 3 – Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik**

<b>Nummer im BF</b>	<b>Name des UVs</b>	<b>Jgst.</b>	<b>UE (45´)</b>
3.1	„ <b>Rennen, Hüpfen, Werfen</b> “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegungen in seiner Vielfalt spielbezogen erleben und erfahren	5	8
3.2	„ <b>Vom Rennen zum Sprint, vom Werfen zum Weitwurf</b> “ – die leichtathletischen Disziplinen des Sprints und Ballwurfes entdecken und auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen	5	16
3.3	„ <b>Vom Hüpfen zum Weitsprung</b> “ – die leichtathletische Disziplin des Weitsprungs entdecken und auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen	6	10
3.4	„ <b>Schneller und weiter</b> “ – gemeinsame Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfs unter besonderer Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens	6	6
<b>Ende Erprobungsstufe (40 UE)</b>			
3.5	„ <b>Vom in die Höhe Springen zum Hochsprung</b> “ – die leichtathletische Disziplin des Hochsprungs erlernen, auf grundlegendem Fertigkeitensniveau und in unterschiedlichen Wettbewerben (u.a. Relativwettkämpfe) ausführen reflektieren	7	16
3.6	„ <b>Übung macht den Meister</b> “ – die leichtathletische Disziplin des Ballwurfs bzw. des Weit- oder Hochsprungs auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitensniveau ausführen	8	12
3.7	„ <b>Das kann ich (noch) nicht, aber das Tablet wird mir helfen!</b> “ – eine weitere komplexe Wurfdisziplin der Leichtathletik (Kugelstoßen) erlernen und auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen	9	14
3.8	„ <b>Aus 6 mach 3</b> “ – einen leichtathletischen Dreikampf aus den Disziplinen Sprint, Weitsprung, Ballwurf, Hochsprung, Kugelstoßen und 5000m-Lauf individuell planen, durchführen und auswerten	10	14
<b>Ende Sekundarstufe I (56)</b>			<b>96 UE</b>

## BF/SB 4 – Bewegen im Wasser - Schwimmen

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45´)
4.1	„ <b>Gleiten, treiben, rotieren, atmen, sinken, springen und tauchen</b> “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	5	4
4.2	„ <b>Ausdauernd schwimmen – mit dem Brustschwimmen geht das am besten</b> “ – das Brustschwimmen einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd (min. 15´) ausführen	5	16
4.3	„ <b>Schnell schwimmen – mit dem Kraulschwimmen geht das am besten</b> “ – beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	6	16
4.4	„ <b>Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut!</b> “ – Beim vielfältigen Springen und Tauchen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	6	4
<b>Ende Erprobungsstufe (40 UE)</b>			
4.5	„ <b>Tauchen wie die Profis</b> “ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher tauchen	7	4
4.6	„ <b>Ich will vielseitiger werden!</b> “ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul- oder Brustschwimmen) mit Start und Wende optimieren und eine neue Technik (Rückenschwimmen) erlernen	7	16
4.7	„ <b>Hiiiiilfe!</b> “ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten auch unter Berücksichtigung von ausdauerndem Schwimmen (min. 20´)	9	14
4.8	„ <b>Auch im Wasser kann man spielen</b> “ – Anwendung unterschiedlicher Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Springen, Schwimmen, Tauchen) zur Entwicklung, Durchführung und Beurteilung unterschiedlicher Spiele im Wasser	9	6
<b>Ende Sekundarstufe I (40 UE)</b>			<b>80 UE</b>

## BF/SB 5 – Bewegen an Geräten - Turnen

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45´)
5.1	„ <b>Mit Spannung geht es besser</b> “ – eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und für vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Hangeln, Schaukeln, Schwingen) nutzen	5	4
5.2	„ <b>Hockwende, Grätsche, Hocke? Mit Sicherheit!</b> “ – Vielfältige turnerische Bewegungen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Sprunggeräte (Bock, Doppelbock, Kasten, Sprungtisch) unter besonderer Berücksichtigung und Anwendung von grundlegenden turnerischen Sicherheits- und Hilfestellungen nutzen	5	6
5.3	„ <b>Einmal rauf, rum und runter!</b> “ – grundlegende turnerische Elemente am Reck erlernen und in einer Kür präsentieren	5	6
5.4	„ <b>Rolle, Handstand, Rad ... und was geht noch?</b> “ – Grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbindung nutzen und diese präsentieren	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe (26 UE)</b>			
5.5	„ <b>Nur fliegen ist schöner!</b> “ – Einführung in das Synchronspringen mit dem Minitrampolin	7	10
5.6	„ <b>Gemeinsam in der Balance sein</b> “ – unterschiedliche Figuren der Partnerakrobatik (z.B. Bankpyramiden, Stuhl, Gallionsfigur, Flieger, Übereinanderstehen) kennen lernen und im Rahmen einer Gruppengestaltung präsentieren	9	14
5.7	„ <b>Le Parkour - unser Run ist der coolste!</b> “ – Hindernisse mit Hilfe unterschiedlichster turnerischer Bewegungen kreativ, effizient und sicher überwinden	10	12
<b>Ende Sekundarstufe I (36 UE)</b>			<b>62 UE</b>

**BF/SB 6 – Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45´)
6.1	„ <i>Auf dem Weg zum Seilsprungdiplom - Basic Tricks mit dem Seil</i> “ – Eine Minichoreografie mit dem Seil gestalten und dabei unterschiedliche Tricks kombinieren und präsentieren	5	8
6.2	„ <i>It's showtime – HipHop, Jumpstyle und Co.</i> “ – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen und dabei den ausgewählten aktuellen Modetanz in einer Kleingruppe präsentieren	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe (18 UE)</b>			
6.3	„ <i>Rope-Skipping - coole Kombis zur Musik</i> “ – Bewegungsverbindungen mit dem Seil finden und präsentieren	7	10
6.4	„ <i>Wir halten die Bälle in der Luft</i> “ – Jonglieren mit unterschiedlichen Geräten	8	8
6.5	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – die eigene Bewegungsqualität in der Stepaerobic- oder Ball-Ko-Robics Choreographie durch Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	9	16
<b>Ende Sekundarstufe I (34 UE)</b>			<b>52 UE</b>

## BF/SB 7 – Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45´)
7.1	„ <b>Der Ball ist mein Freund</b> “ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen und in vielfältigen Spielformen anwenden	5	8
7.2	„ <b>Doppelpass, Schuss und ... Tor!</b> “ – spielgemäße Vermittlung von grundlegenden taktisch-kognitiven Fähigkeiten und technisch-koordinativen Fertigkeiten beim Fußball auf dem Kleinfeld	5	8
7.3	„ <b>Der Ball muss ins Ziel</b> “ – über unterschiedliche Zielwurfspiele grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten das Zielspiel Basketball vorbereiten	5	8
7.4	„ <b>Erste Schritte im Basketball</b> “ – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen sowie fair und mannschaftsdienlich agieren	6	10
7.5	„ <b>Vom Federball zum Badminton</b> “ – grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden	6	10
<b>Ende Erprobungsstufe (44 UE)</b>			
7.6	„ <b>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</b> “ – im Streetball 3:3 regelkonform sowie individual- gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen in einfachen Systemen spielen	7	12
7.7	„ <b>Vom 'Ball-über-die-Schnur' zum Volleyball</b> “ – volleyballspezifische Handlungssituationen auf grundlegendem Niveau bewältigen	7	12
7.8	„ <b>Achtung, fliegende Scheibe!</b> “ – Einführung in das Sportspiel ‚Ultimate Frisbee‘	7	12
7.9	„ <b>Gegeneinander spielen und als Mannschaft gewinnen wollen</b> “ – Erweiterung der individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Streetball	8	12

<b>7.10</b>	<b>„Vom Miteinander zum Gegeneinander“</b> – badmintonspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Wettbewerben technisch-koordinativ sicher und taktisch-kognitiv angemessen bewältigen	<b>9</b>	<b>12</b>
<b>7.11</b>	<b>„Vom Streetball zum Zielspiel“</b> – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	<b>9</b>	<b>12</b>
<b>7.12</b>	<b>„Vom 3 mit 3 zum 3 gegen 3“</b> – Erweiterung der technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch -kognitiven Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>7.13</b>	<b>„Endlich richtig Basketball“</b> - Vertiefung der gruppen- und mannschaftstaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Zielspiel Basketball 5 gegen 5	<b>10</b>	<b>12</b>
<b>Ende Sekundarstufe I (96 UE)</b>			<b>140 UE</b>

**BF/SB 8 – Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wassersport**

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45 ´)
<b>Ende Erprobungsstufe (6 UE)</b>			
8.1	„ <i>Sicher auf der Piste</i> “ – beim Skifahren im Rahmen der Skifreizeit vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern	<b>8</b>	<b>24</b>
8.2	„ <i>Wir legen uns in den Schnee</i> “ – das Carven erfahren und erleben	<b>8</b>	<b>6</b>
8.3	„ <i>Yeti und seine Verfolger</i> “ – Formationen im Kurzsprung gestalten und präsentieren	<b>8</b>	<b>6</b>
<b>Ende Sekundarstufe I (36 UE)</b>			<b>42 UE</b>

## BF/SB 9 – Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Nummer im BF	Name des UVs	Jgst.	UE (45 ')
9.1	„ <i>Gegeneinander setzt Miteinander voraus</i> “ – Körperkontakt anbahnen, Kooperationsbereitschaft und Vertrauen entwickeln	5	4
9.2	„ <i>Vielfältig und fair</i> “ – Im Stand und am Boden fair um Räume und Gegenstände kämpfen	5	8
<b>Ende Erprobungsstufe (12 UE)</b>			
9.3	„ <i>Einer wird gewinnen</i> “ – in unterschiedlichen Zweikampfsituationen mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform miteinander kämpfen und grundlegenden Zweikampftaktiken anwenden	7	8
9.4	„ <i>Aus dem Gleichgewicht</i> “ – unterschiedliche Partnerinnen und Partnern und Gegnerinnen und Gegnern durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen	9	8
<b>Ende Sekundarstufe I (16 UE)</b>			<b>28 UE</b>



## 2.3 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 5

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.1
<p><b>Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ - In unterschiedlichen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen, beschreiben und die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit entwickeln (mind. 15 min.)</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten entwickeln</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskörper</b>  <b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min) erbringen.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen.</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerformen</li> <li>• Leistungserfahrung und Einteilung</li> <li>• Gesundes Laufen</li> <li>• Lauftechnik/Atemtechnik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Laufspiele kennenlernen</li> <li>• Laufen nach Leistungsstand</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgebung der Schule kennenlernen (Vennbahn)</li> <li>• Crosslauf/Orientierungslauf</li> <li>• Pulsmessung</li> </ul> <p>Fachbegriffe: Gesundheit/gesundes Laufen Puls</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbeiträge in Reflexionsphasen</li> <li>• Lern- und Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Leistungsverbesserung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende (min. 15 Min.)</li> </ul>

Jahrgangsstufe:5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<p><b>Thema des UV: „Vielfältig sich selbst und unterschiedliche Geräte bewegen“ – Schulung von grundlegenden motorischen Basisqualifikationen auf der Basis des MoBaK5-Testes</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>d - Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul>	

**MK**

- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
- sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Motorische Basisfähigkeiten</p> <p><b>„Etwas Bewegen“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Werfen</li> <li>→ Fangen</li> <li>→ Dribbeln</li> <li>→ Prellen</li> </ul> <p>Sowie</p> <p><b>„Sich Bewegen“</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Balanciere</li> <li>→ Rollen</li> <li>→ Springen</li> <li>→ Laufen</li> </ul> <p>werden geschult.</p>	<p><b>Stationsbetriebe zur Schulung der verschiedenen Basisfähigkeiten.</b></p> <p><b>Eigenständiges Lernen und Üben.</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Bewegungsbeschreibung</p> <p>Nutzen von Bewertungsbögen als Analyse- und Reflexionsinstrument für weitere Vertiefung und Förderung (hier der Basiskompetenzen.)</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Motoriktest</p> <p>Sportliche Analyse</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Mündliche Beiträge in Gesprächs- und Reflexionsphasen.</p> <p>Anstrengungsbereitschaft in Praxisphasen.</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Durchführung des MoBak5 Tests nach den vorgegebenen Bewertungstabellen.</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
<b>Thema des UV: „Gemeinsam und kooperativ“</b> – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen		
<b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [ 6 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und –geräte gemeinsam auf- und abbauen [6MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fangspiele</li> <li>● Staffelspiele</li> <li>● Kooperationsspiele</li> <li>● „Sortierspiele“</li> <li>● Bekannte Spiele (z.B. Völkerball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Bildung von Kleingruppen</li> <li>● Verständigen in Kleingruppen</li> <li>● Kooperation in Kleingruppen</li> <li>● Arbeit in der Großgruppe „neue Klasse“</li> <li>● Spielen mit wechselnden Partnern</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Situationsangemessenes Spielverhalten</li> <li>● Verstehen/Umsetzen unterschiedlicher Spielideen</li> <li>● Einfordern der Einhaltung von Regeln</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Spielidee</li> <li>● Mannschaftsbildung</li> <li>● Bewegungsintensität</li> <li>● Fairness</li> <li>● Regelbewusstsein</li> <li>● Motivation</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Verständigungsprozesse</li> <li>● Reflexionsfähigkeit</li> <li>● technisch koordinative Fähigkeiten</li> <li>● taktische Fähigkeiten</li> <li>● Bewegungsintensität</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> entfällt</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB:2.2
<b>Thema des UV: Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen Kriterien geleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden</b>		
<b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> ☒☒ kleine Spiele und Pausenspiele ☒☒ kooperative Spie		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> ☒☒ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] ☒☒ Interaktion im Sport [e] ☒☒ Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> ☒☒ Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2] ☒☒ Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> ☒☒ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1] ☒☒ sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] <b>MK</b> ☒☒ in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2] ☒☒ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] <b>UK</b> ☒☒ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>☑☑Anwenden von spielübergreifenden Fertig- und Fähigkeiten (Fangen, Werfen, Passen, Dribbeln,...)</p> <p>☑☑Erläuterung und situative Anpassung/ Einschätzung der entsprechenden Kriterien: Spieleranzahl, Spielgeräte, Spieldauer, Spielfeldgröße, Spielregeln</p> <p>☑☑Erläuterung des olympischen Fairness- Gedankens</p>	<p>☑☑Erproben und Evaluieren diverser Pausenspiele, Kleiner Spiele sowie Spiele im Gelände nach SuS-Wahl, u.a.: Wurf-, Lauf-, Fang-, Torschuss-, Staffelspiele etc.</p>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <p>☑☑kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen</p> <p>☑☑Fairness, Kooperation</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>☑☑Fairness, Kooperation</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>☑☑Spielidee kreieren und präsentieren</p> <p>☑☑Unterrichtsbeiträge</p> <p>☑☑Anstrengungsbereitschaft in allen Unterrichtsphasen</p> <p>☑☑punktuell: Spielidee kreieren und präsentieren</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: „Rennen, Hüpfen, Werfen“ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b>

- selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]

- Wählen Sie ein Element aus.

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufspiele</li> <li>- Fangspiele</li> <li>- Wurfspiele</li> <li>- Sprungspiele</li> <li>- Staffelspiele</li> </ul>	<p><b>Den Kindern bekannte Lauf-, Fang-, Wurf-, Sprung und Staffelspiele spielen und Spielregeln/Material nach dem genetischen Modell so verändern, dass alle Schüler: Innen teilhaben können, dass Spielideen variiert werden und es so möglichst vielen Spaß macht</b></p>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über Sieg und Niederlage</li> <li>- Reflexion über Fairness</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Fairness</b></li> <li>- <b>Sprint, Lauf, Zielwurf, Weitwurf, Sprung</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich auf neue Situationen und einlassen</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen, v.a. bei der Reflexion über Spielregeln</li> <li>- Zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Faires und regelkonformes Verhalten in Spielphasen</li> <li>- Grundfähigkeiten von weitem bzw. zielgerichtetem Werfen, hohe bzw. weitem Springen und schnellem bzw. ausdauerndem Laufen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u> entfällt</p>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
<p><b>Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Werfen zum Weitwurf“ – die leichtathletischen Disziplinen des Sprints und Ballwurfes entdecken und auf grundlegendem Fertigniveau ausführen</b></p>		
<p><b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></li> <li><b>d - Leistung</b></li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul>

**MK**

- einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
- einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen des Wurf-ABC</li> <li>- Einführung des geraden Wurfs mit unterschiedlichen Materialien</li> <li>- Erarbeitung eines normierten Schlagballweitwurfes (Schlagbewegung, Standwurf, 3er- oder 5er-Rhythmus als Anlauf)</li> <li>- <b>Übungen des Sprint-ABC</b></li> <li>- <b>Spielerische Übungen zum Schnelligkeitstraining (v.a. Frequenzläufe) und Beschleunigungstraining (v.a. Abläufe und Starts aus unterschiedlichen Positionen)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Entdeckendes Lernen über kontrastive Bewegungsaufgaben</b></li> <li>- <b>Deduktives Vorgehen bei Übungen des Wurf- und Sprint-ABCs</b></li> <li>- <b>Gezielte Stationsarbeit zum differenzierten Üben eigener Schwerpunkte</b></li> <li>- <b>Spielerischer Einsatz des geraden Wurfs in Sprint- und Staffelspielen</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale des geraden Wurfs</li> <li>- Reflexion über Sinnhaftigkeit des Wurf- und Sprint-ABCs im Rahmen des speziellen Aufwärmens</li> <li>- Reflexion über Übungsinhalte zur Verbesserung der Beschleunigungs- und Schnelligkeitsfähigkeit</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wurf-ABC, Ausholbewegung, Standwurf, Gegenarm, Wurfarm, Schlagbewegung, Anlauf, Rhythmus,</b></li> <li>- <b>Sprint-ABC, Beschleunigung, Schnelligkeit, Ablauf, Ballenlauf, Frequenz</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen, v.a. bei der Reflexion über Bewegungsmerkmale</li> <li>- Regelmäßige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Individuelle Lernprogression</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 50m-Sprint (vgl. Anhang)</li> <li>- Ballwurf (vgl. Anhang)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
<p><b>Thema des UV: „Gleiten, treiben, rotieren, atmen, sinken, springen und tauchen“ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></li> <li><b>f - Gesundheit</b></li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]</li> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>



**MK**

- Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]
- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Springen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser als Einzelner und in der Gruppe</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten im Wasser</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen</li> <li>• abwechslungsreiches Spielen und Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> <li>• Vortrieb, Auftrieb, Rotation und Absinken</li> <li>• individuelles Springen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Warum Schwimmen?</li> <li>• Orientierungsfähigkeit im Wasser</li> <li>• Baderegeln</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
<p><b>Thema des UV: „Ausdauernd schwimmen – mit dem Brustschwimmen geht das am besten“ – das Brustschwimmen einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd (min. 15´) ausführen</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>d - Leistung</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	

**MK**

- einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]
- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten der Koordination</li> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser als Einzelner und in der Gruppe</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten im Wasser</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen</li> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> <li>• ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Gleichzugtechnik: Brustschwimmen, Starts, Wenden</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleichzug</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Auftrieb</li> <li>• Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik des Brustschwimmens, Wende</li> <li>• Ausdauerleistung (15 Min)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
<b>Thema des UV: „Mit Spannung geht es besser“</b> – eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und für vielfältiges turnerisches Bewegen nutzen		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b> <b>f - Gesundheit</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>

**MK**

- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- Wählen Sie ein Element aus.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Vertrauens-, Spannungs- und Gleichgewichtsübungen (z.B. V-Balance, Stuhlbalance vl. und rl., Pendel, Brett an- und hochheben o.ä.)</li> <li>- Spielerische Anwendung von Spannungs- und Vertrauensübungen (z.B. Sanitärspiel, McDonalds-Spiel o.ä.), bei denen bewusst Körperkontakt hergestellt wird</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Entdeckendes Lernen</li> <li>- Häufige Partnerwechsel initiieren</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über Nähe und Distanz, Körperkontakt (z.B. später für das Helfen und Sichern)</li> <li>- Reflexion über Gleichgewicht bei einer Einzelperson und gemeinsamen Gleichgewicht in Partnerübungen (v.a. mit unterschiedlichen Partnern)</li> <li>- Reflexion über die Art, wie man Körperspannung einnehmen kann</li> <li>- Reflexion über die Sinnhaftigkeit von Körperspannung für das Turnen (auch Sicherheit!)</li> <li>- Reflexion über den vertrauensvollen Umgang miteinander (Sicherheit!)</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Körperschwerpunkt</b></li> <li>- <b>Körperspannung</b></li> <li>- <b>Verantwortung</b></li> <li>- <b>Angst</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich auf neue Situationen und Partner einlassen</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration der Stuhlbalance bis zum Boden und zurück mit einem zugelosten Partner</li> <li>- Demonstration des Brettanhebens</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
<p><b>Thema des UV: „Hockwende, Grätsche, Hocke? Mit Sicherheit!“</b> Vielfältige turnerische Bewegungen erleben und zur Bewältigung unterschiedlicher Sprunggeräte (Bock, Doppelbock, Kasten, Sprungtisch) unter besonderer Berücksichtigung und Anwendung von grundlegenden turnerischen Sicherheits- und Hilfestellungen nutzen</p>		
<p><b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>c - Wagnis und Verantwortung</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>

**MK**

- einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielerisches Einführen von ersten Sprungelementen (Grätsche, Hockwende) in Fangspiele</li> <li>- Differenzierte Erarbeitung von Hockwende, Grätsche und Hocke an unterschiedlichen Sprunggeräten (z.B. Bock, Doppelbock, Querkasten, Längskasten)</li> <li>- Variation verschiedener Elemente (z.B. Anlauflänge, Geräthöhe, Abstand des Reuterbrettes zum Gerät etc.)</li> <li>- Einführung von Hilfestellung (Klammergriff Oberarm) bei Grätsche und Hocke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständiger Auf- und Abbau von Gerätestationen</li> <li>- Stationenlernen: Erproben und gezieltes üben/verbessern</li> <li>- Variation von Geländehilfen, Visualisierungen und akustischen Signalen</li> <li>- Schüler:Innen helfen Schüler:Innen: feste Partner, so dass sich die Hilfestellung festigen kann</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die Vorteile eines flachen langen Einsprungverhaltens in das Reuterbrett</li> <li>- Reflexion über die wesentlichen Merkmale des Klammergriffes</li> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Sprünge</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken, Gefahren und den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über die Qualität unterschiedlicher Ausführungen bei Sprüngen und Helfergriffen (vgl. UK)</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Aufhocken, Hocke, Grätsche</b></li> <li>- <b>Hockwende</b></li> <li>- <b>Klammergriff</b></li> <li>- <b>Einsprung (in das Reuterbrett)</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich auf neue Situationen und Partner einlassen</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Anwendung bzw. Zulassen der erlernten Hilfestellung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration eines Sprunges (vgl. Anhang)</li> <li>- Demonstration einer Hilfestellung (Hocke oder Grätsche)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
<b>Thema des UV: „Einmal rauf, rum und runter!“</b> – grundlegende turnerische Elemente am Reck erlernen und in einer Kür präsentieren		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul>

- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Differenzierte Erarbeitung von Elementen des Reckturnens: z.B. Sprung in den Stütz, Rückschwung, Felgabzug, Überdrehen, Feldaufschwung, Felgumschwung, Felgunterschwung</li> <li>- Variation verschiedener Elemente (z.B. Endposition, Geräthöhe, Zusatzbewegungen, Hilfen etc.)</li> <li>- Einführung von Hilfestellung (z.B. Schubhilfe beim Aufschwung an Rücken und Oberschenkel)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständiger Auf- und Abbau von Gerätestationen</li> <li>- Stationenlernen: Erproben und gezieltes üben/verbessern</li> <li>- Variation von Geländehilfen, Visualisierungen und akustischen Signalen</li> <li>- Schüler:Innen helfen Schüler:Innen: wechselnde Partner, so dass die Hilfestellung variabel angewendet werden kann</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die wesentlichen Merkmale des Schubgriffes</li> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Elemente</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken, Gefahren und den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über die Qualität unterschiedlicher Ausführungen bei Elementen und Helfergriffen (vgl. UK)</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Felgabzug, Felgaufschwung, Felgumschwung, Felgunterschwung</b></li> <li>- <b>Schubhilfe</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich auf neue Situationen und Partner einlassen</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Anwendung bzw. Zulassen der erlernten Hilfestellung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration einer Kurzkür von maximal 6 Elementen (vgl. Anhang)</li> <li>- Demonstration einer Hilfestellung (Aufschwung)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
<p><b>Thema des UV: „Auf dem Weg zum Seilsprungdiplom - Basic Tricks mit dem Seil“</b> – Eine Minichoreografie mit dem Seil gestalten und dabei unterschiedliche Tricks kombinieren und präsentieren</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</li> <li>b - Bewegungsgestaltung</li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen</li> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> </ul>

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Möglichkeiten im Umgang mit dem Handgerät Seil entdecken: verschiedene Tricks kennenlernen und üben</li> <li>• Gestaltungsansätze bewusst machen</li> <li>• Spannung und Entspannung bewusst erleben</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tricks</li> <li>• Spannung und Entspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren: spielerischer Umgang mit dem Handgerät und mit Rhythmus</li> <li>• Gruppenarbeit: sich auf einen Bewegungsablauf einigen und diesen durch Variation und Weiterentwicklung gestalten</li> <li>• Erstellen einer Übersicht möglicher Gestaltungsaspekte</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verschiedene Tricks mit dem Handgerät Seil kombinieren</li> <li>• Rhythmisierung</li> <li>• Grundbewegungen bewusst mit Spannung und Entspannung durchführen (Bewegungsumfang)</li> <li>• Halle in ihrer Weite ausnutzen (Raumwege einbauen)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus</li> <li>• Bewegungsumfang</li> <li>• Raumwege</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreativität bei der Nutzung des Handgeräts</li> <li>• Umsetzen der einzelnen Tricks</li> <li>• Unterrichtsbeiträge in Reflexionsphasen</li> <li>• Lern- und Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Beteiligung am Auf-/Abbau</li> <li>• Leistungsverbesserung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende durch Präsentation einer Mini-Choreographie</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsrhythmus</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Synchronität</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
<p><b>Thema des UV: „Der Ball ist mein Freund“ – Sportspielübergreifende Basiskompetenzen aus der Heidelberger Ballschule in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen und in vielfältigen Spielformen anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegnlernen</b>            Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>•</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p>	

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: Dribbeln, Passen und Ballannahme</li> <li>• Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten: Freilaufen im Kleinfeldspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben unterschiedlicher Dribbel- und Passformen sowie unterschiedlicher Möglichkeiten des Freilaufens</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Miniversion von Fußball: Kleinfeldspiele</li> <li>• Torschussspiele (z. B. Mattenfußball)</li> <li>• Passen mit der Innenseite</li> <li>• Dribbeln (Hindernisparcours)</li> <li>• Ballannahme</li> <li>• Fairness</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anbieten und Orientieren</li> <li>• <b>Laufweg zum Ball bestimmen</b></li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzen der einzelnen technischen und taktischen Elemente im Kleinfeldspiel</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der taktischen Elemente</li> <li>• Bewegungsqualität der technischen Ausführung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<p><b>Thema des UV: „Doppelpass, Schuss und ... Tor!“ – spielgemäße Vermittlung von grundlegenden taktisch-kognitiven Fähigkeiten und technisch-koordinativen Fertigkeiten beim Fußball auf dem Kleinfeld</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p> <p>Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li> <li>• sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul>

**MK**

- Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]

**UK**

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: Dribbeln, Passen und Ballannahme</li> <li>• Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten: Freilaufen im Kleinfeldspiel</li> <li>• Bewegungsmerkmale: Pass mit der Innenseite und Ballannahme</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielgemäßes Konzept/ Taktik-Spiel-Modell: Spiel – Reflexion – Übung - Spiel</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Dribbel- und Passformen sowie unterschiedlicher Möglichkeiten des Freilaufens</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Doppelpass</li> <li>• Miniversion von Fußball: Kleinfeldspiele</li> <li>• Torschussspiele (z. B. Mattenfußball)</li> <li>• Passen mit der Innenseite</li> <li>• Dribbeln (Hindernisparcours)</li> <li>• Ballannahme</li> <li>• Fairness</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppentaktik</li> <li>• Individualtaktik</li> <li>• Pass- und Dribbeltechnik</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzen der einzelnen technischen und taktischen Elemente im Kleinfeldspiel</li> </ul> <p><u>Beobachungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der taktischen Elemente</li> <li>• Bewegungsqualität der technischen Ausführung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
<p><b>Thema des UV: „Der Ball muss ins Ziel“ – über unterschiedliche Zielwurfspiele grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten das Zielspiel Basketball vorbereiten</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>•</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]</li> <li>•</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> </ul>	



**UK**

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>die technischen Grundelemente erlernen bzw. verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>die unterschiedlichen Grundfertigkeiten dribbeln, passen, fangen unter Belastung festigen</li> <li>den Wurf ein- oder beidhändig aus kurzer Entfernung in Feinform ausführen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Passen, Fangen, Dribbeln, Wurf (Korbnähe, ein- und beidhändig) mit Brett</li> <li>Freilaufen, Linie Ball-Korb</li> <li>Turmball und Spiel auf niedrige Körbe</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dribbeln/Dribbling, passen/Pass, fangen, werfen/Wurf</li> <li>freilaufen</li> <li>anbieten</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beherrschung der technischen Elemente im Spiel</li> </ul> <p>punktuell:</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anwendung der Technik</li> <li>Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>Bewegungsintensität / Anstrengung</li> </ul>

<p><b>Jahrgangsstufe: 5</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 4</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.1</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Gegeneinander setzt Miteinander voraus“ – Körperkontakt anbahnen, Kooperationsbereitschaft und Vertrauen entwickeln</b></p>		
<p><b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen,</li> <li>• sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e 1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden und dokumentieren,</li> <li>• durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen zur Anbahnung von Körperkontakt</li> <li>• Kultiviertes Kämpfen: Unterscheidung zwischen Kämpfen am Boden und Kämpfen im Stand</li> <li>• Körperspannung und Körpergleichgewicht bewusst erleben</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Gleichgewicht/ Balance</li> <li>• Vertrauen</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> <li>• Akzeptanz von Körperkontakt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben unterschiedlicher Spiele zur Anbahnung von Körperkontakt, Kooperation und gegenseitigem Vertrauen</li> <li>• Wahrnehmen und Erläutern von Körperspannung und Gleichgewichtsfähigkeit durch ausgewählte Spiele</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe - Arbeitsmethode:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele: z.B. Sandwich, Alle auf eine Insel, Gordischer Knoten, 2 Füße 3 Hände, Flussüberquerung, Gassenlauf etc.</li> <li>• Entwicklung gemeinsamer Regeln</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppentaktik</li> <li>• Individualtaktik</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzung der kleinen Spiele</li> <li>• Berücksichtigung der Regeln</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewähltes kleines Spiel</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung taktischer Elemente</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
<b>Thema des UV: „Vielfältig und fair“ – Im Stand und am Boden fair um Räume und Gegenstände kämpfen</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b>  <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1]</li> <li>•</li> <li>• in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e 1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden und dokumentieren,</li> <li>• durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten.</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen zur Anbahnung von Körperkontakt</li> <li>• Kultiviertes Kämpfen: Unterscheidung zwischen Kämpfen am Boden und Kämpfen im Stand</li> <li>• Körperspannung und Körpergleichgewicht bewusst erleben</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Gleichgewicht/ Balance</li> <li>• Vertrauen</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> <li>• Akzeptanz von Körperkontakt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben unterschiedlicher Spiele zur Anbahnung von Körperkontakt, Kooperation und gegenseitigem Vertrauen</li> <li>• Wahrnehmen und Erläutern von Körperspannung und Gleichgewichtsfähigkeit durch ausgewählte Spiele</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe - Arbeitsmethode:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Über Linie ziehen, Tauziehen, Kampf um den Medizinball etc.</li> <li>• Entwicklung gemeinsamer Regeln</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppentaktik</li> <li>• Individualtaktik</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzung der kleinen Spiele</li> <li>• Berücksichtigung der Regeln</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewähltes kleines Spiel</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung taktischer Elemente</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> </ul>

## 2.4 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 6

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
<p><b>Thema des UV: „Fit und leistungsstark“ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können (mind. 15 min.)</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>f - Gesundheit</p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <p>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem</p>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> </ul>	

weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min) erbringen.

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]

**UK**

- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p>Auf Grundlage der Basisschwimmtechniken werden verschiedenen Ausdauerformen erschlossen.</p> <p>Dabei werden die Schwimmtechniken im Sinne der Ausdauerförderung auf eine ökonomische Ausführung gefördert. In diesem Zusammenhang spielen Aspekte wie Rhythmisierung der Bewegung, sowie die Hinzunahme einer ökonomischen Atemtechnik zentrale Aspekte.</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Rhythmisierung</p>	<p>Schwimmspiele zur Verbesserung der Ausdauerfähigkeit sowie der Rhythmisierung.</p> <p>Schwimmen nach Leistungsstand.</p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Reaktion des eigenen Körpers auf Belastung (insbesondere im Wasser).</p> <p>Rhythmisierung von Bewegung zur Ökonomisierung</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Puls und Pulsmessung</p> <p>Rhythmisierung</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Unterrichtsbeiträge in Gesprächs- und Reflexionsphasen.</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Leistungsverbesserung</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>15 Minuten Zeitschwimmen (Strecke auf Zeit)</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.4
<p><b>Thema des UV: „intensive sportliche Aktivitäten muss man vorbereiten“ – Kennenlernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul>	

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Grundlegende Elemente eines allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogramms kennenlernen und die Intensität des Aufwärmens an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und reflektieren.</b></p> <p><b>Unterscheidung allgemeines und spezifisches Aufwärmen.</b></p> <p><b>Kriterien eines effektiven allgemeinen oder spezifischen Aufwärmens</b></p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p><b>Spezifische und allgemeine Erwärmung</b></p> <p><b>Dehnen und Mobilisieren</b></p> <p><b>Herz-Kreislaufsystem</b></p>	<p>Faktoren für ein effektives allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen aufstellen.</p> <p><b>Verschiedene (bekannte) Aufwärmprogramme absolvieren.</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Reflexion verschiedener Aufwärmprogramme im Hinblick auf Effektivität</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p><b>Muskulatur, Bänder, Sehnen, Gelenke</b></p> <p><b>Herz-Kreislaufsystem</b></p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Unterrichtsbeiträge in Gesprächs- und Reflexionsphasen.</p> <p>Anstrengungsbereitschaft.</p>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB:2.3
<b>Thema des UV: „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben</b>		
<b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b>  <b>C – Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Handlungssteuerung [c]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>● „Sortierspiele“</li> <li>● Würfel -/Kartenspiele als Bewegungsvariante</li> <li>● Buchstabensalat</li> <li>● „Konzentrationspiele“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Einzelarbeit</li> <li>● Variation von Einzelübungen und Spiel und Übungsformen in der Gruppe</li> <li>● Offener, problemorientierter Einstieg</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Lösungsstrategien entwickeln</li> <li>● Kognition und Motorik verknüpfen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Koordination</b></li> <li>● <b>Kooperation</b></li> <li>● <b>Antizipation</b></li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Anstrengungsbereitschaft</li> <li>● Kooperationsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Qualität und Umsetzung des Lösungsansatzes gestellter Aufgaben</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
<p><b>Thema des UV: „Wir entwickeln ein neues Spiel“</b> Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten</p>		
<p><b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>● Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li> <li>● Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>● in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 UK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Entwicklung, Verwirklichung und Bewertung eigener Spielideen</li> <li>● Abwandlung eines vorgegebenen Spiels</li> <li>● Erarbeitung von Kriterien für ein gelungenes Spiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Arbeit in Kleingruppen</li> <li>● Präsentation der Ergebnisse</li> <li>● Reflexion und Veränderung</li> <li>● Verschriftlichung von Ergebnissen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Qualitätsmerkmale von Spielen</li> <li>● Situationsangemessenes Verhalten</li> <li>● Nachdenken über Spielideen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p><b>Regelbegriff nach Digel:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Konstitutiv Regel</b></li> <li>● <b>Inventarregel</b></li> <li>● <b>Handlungsregel</b></li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Arbeits- und Sozialverhalten in Kleingruppen</li> <li>● Benennen und Beurteilen von Spielideen</li> <li>● Organisation von auf-/Abbau</li> <li>● Dokumentation von Spielideen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Präsentation und Reflexion des Spiels (Bewertung auch durch Mitschüler)</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 3.3
<p><b>Thema des UV: „Vom Hüpfen zum Weitsprung“ – die leichtathletische Disziplin des Weitsprungs entdecken und auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen</b></p>		
<p><b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>d - Leistung</b></p> <p><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul>	

- in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen und Spielformen des Sprung-ABC</li> <li>- Erarbeitung der Grobtechnik des Schrittsprunges (Rhythmisierung der Anlaufgestaltung, Absprunggestaltung hin zum Steigesprung mit aktivem Schwungbeineinsatz, beidbeinige Landung)</li> <li>- Durchführung alternativer Wettbewerbsformen aus der Kinderleichtathletik (z.B. Zonensprung, Risikoweitsprung, Hoch-Weitsprung)</li> <li>- Weitenmessung aus der Zone, nicht vom Brett</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Entdeckendes Lernen über kontrastive Bewegungsaufgaben</b></li> <li>- <b>Spielerischer Einsatz von Sprungformen in Sprint- und Staffelspielen</b></li> <li>- <b>Deduktives Vorgehen bei Übungen des Sprung-ABCs</b></li> <li>- <b>Gezielte Stationsarbeit zum differenzierten Üben eigener Schwerpunkte</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über Sinnhaftigkeit des Sprung-ABCs im Rahmen des speziellen Aufwärmens</li> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale des Abspringens in die Weite</li> <li>- Reflexion über Übungsinhalte zur Verbesserung der Weitsprungfähigkeit in Bezug auf Anlauf, Absprung und Landung</li> <li>- Reflexion über die Wettkampfregele im Weitsprung</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Sprung-ABC, Reaktivität im Absprung, Sprung- und Schwungbein, Steigesprung, Landung</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen, v.a. bei der Reflexion über Bewegungsmerkmale</li> <li>- Regelmäßige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Individuelle Lernprogression</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Weitsprung aus der Zone (vgl. Anhang)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
<p><b>Thema des UV: „Schneller und weiter“ – gemeinsame Vorbereitung und Durchführung eines leichtathletischen Dreikampfes unter besonderer Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens</b></p>		
<p><b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>d - Leistung</b></li> <li><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul>	

- in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung aller Techniken der Erprobungsstufe (Sprint, Ballwurf, Weitsprung)</li> <li>- Entwicklung eines Ablaufplans für die Durchführung eines Dreikampf</li> <li>- Durchführung des Dreikampfes als Mannschaftswettkampf mit Einzelwertung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Gezielte Stationsarbeit zum differenzierten Wiederholen der Disziplinen</b></li> <li>- <b>Zusammensetzung der Mannschaften nach vorangegangenen Leistungen, so dass gleich starke Mannschaften entstehen</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über eine sinnvolle Vorbereitung auf den Dreikampf</li> <li>- Reflexion über wesentlich Schritte der Herrichtung der Wettkampfstätten</li> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Disziplinen</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Dreikampf</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen, v.a. bei der Reflexion über Bewegungsmerkmale</li> <li>- Regelmäßige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Mitwirkung in den Planungsprozessen zum Mannschaftswettkampf und Übernahme von Aufgaben (z.B. Protokollierung von Ergebnissen, Mitwirkung beim Messen, Herrichtung der Wettkampfstätten etc.)</li> <li>- Eigenständigkeit in der Vorbereitung des Wettkampfes</li> <li>- Individuelle Lernprogression</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreikampf nach Maßgabe der Bundesjugendspiele (Wert für Ehrenurkunde = 1-, Wert für Siegerurkunde = 3-)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
<p><b>Thema des UV: „Schnell schwimmen – mit dem Kraulschwimmen geht das am besten“ – beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>d - Leistung</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegung [a]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]</li> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul>	

**MK**

- einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]
- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]

**UK**

einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Schulung von Grundkomponenten einer Wechselzugtechnik (Armzug, Beinschlag, Atmung, Start, Wende)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten der Koordination</li> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser als Einzelner und in der Gruppe</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten im Wasser</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen</li> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> <li>• ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Wechselzugtechnik: Kraulschwimmen, Starts, Wenden</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wechselzug</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Auftrieb</li> <li>• Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik des Kraulschwimmens, Start, Wende</li> <li>• Bewegungsgenauigkeit</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
<b>Thema des UV: „Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut!“ – Beim vielfältigen Springen und Tauchen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten</b>		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> <li>• in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul>

**MK**

- verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Springen und Tauchen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten der Koordination</li> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser als Einzelner und in der Gruppe</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Springen und Tauchen sowie beim Schwimmen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen</li> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wechselzug</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Auftrieb</li> <li>• Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgenauigkeit</li> <li>• Schwierigkeitsgrad der Sprünge und Tauchgänge</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
<p><b>Thema des UV: „Rolle, Handstand, Rad – und was geht noch?“</b> – grundlegende turnerische Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Bewegungsverbinding nutzen und diese präsentieren</p>		
<p><b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>b - Bewegungsgestaltung</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul>

- einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]

- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Differenzierte Erarbeitung und Präsentation von Elementen des Bodenturnens: z.B. Rollen vw. und rw., Handstand, Rad, gymnastische Elemente etc.</li> <li>- Variation verschiedener Elemente (z.B. Vereinfachungen, Zusatzbewegungen, etc.)</li> <li>- Anwendung der Hilfestellung in Bezug auf andere Einsatzgebiete (z.B. Klammergriff am Oberschenkel)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständiger Auf- und Abbau von Gerätestationen</li> <li>- Stationenlernen: Erproben und gezieltes üben/verbessern</li> <li>- Variation von Geländehilfen, Visualisierungen und akustischen Signalen</li> <li>- Schüler:Innen helfen Schüler:Innen: wechselnde Partner, so dass die Hilfestellung variabel angewendet werden kann</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Elemente</li> <li>- Reflexionen über unterschiedliche Strukturen und Funktionen unterschiedlicher Elemente im Bodenturnen</li> <li>- Reflexion über die wesentlichen Merkmale des Klammergriffes am Oberschenkel</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken, Gefahren und den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über die Qualität unterschiedlicher Ausführungen bei Elementen/Verbindungen/ Kuren und Helfergriffen (vgl. UK)</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Handstand, Rad, Rolle, gymnastische Elemente</b></li> <li>- <b>Schubhilfe</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sich auf neue Situationen und Partner einlassen</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> <li>- Verantwortungsvolle Anwendung bzw. Zulassen der erlernten Hilfestellung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration einer Kurzkür von 6-11 Elementen (vgl. Anhang zu UV 5.4)</li> <li>- Demonstration einer Hilfestellung (Handstand)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
<p><b>Thema des UV:</b> „It´s showtime – HipHop, Jumpstyle und Co.“ – gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen und dabei den ausgewählten aktuellen Modetanz in einer Kleingruppe präsentieren</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>b - Bewegungsgestaltung</li> <li>e - Kooperation und Konkurrenz</li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder moderne (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren</li> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> </ul>



**UK**

- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen  
[6 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegung der Musik anpassen</li> <li>• Sich in vorgegebenen Formen bewegen und das Bewegungsrepertoire erweitern</li> <li>• Tanzschritte (mit Sprüngen) und „Tanzfiguren“ verbinden und zu einer Kleingruppengestaltung gelangen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenschaften von Musik (Takt/ Beat)</li> <li>• Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik)</li> <li>• Synchronität</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich im Rhythmus der Musik frei bewegen und deren spezifische Eigenschaften kennenlernen</li> <li>• selbstständiges Erarbeiten der vorgegebenen Grundformen</li> <li>• in Partnerarbeit die Tanzelemente verbinden</li> <li>• in der Gruppe eine geeignete Tanzgestaltung finden und präsentieren</li> <li>• Erstellen einer Übersicht spezifischer Gestaltungsaspekte</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Erarbeiten</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 4/4, 2/4 oder 6/8, 9/8, 12/8 Takte erkennen</li> <li>• Grundschrte: z.B. HipHop: „Bounce, Steps, Touch an dStep/ Kick, Step and Jumps“</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Raum, Zeit, Dynamik (Gestaltungskriterien nutzen)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hip Hop</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Mimik und Körperhaltung</li> <li>• Takt/ Bpm (Beats per minute)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreativität bei der eigenständigen Bewegung zur Musik</li> <li>• Umsetzen der einzelnen Schrittkombinationen</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Kreativität</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer Kleingruppengestaltung</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synchronität</li> <li>• Verbindung einzelner Tanzelemente unter Aspekten der Gestaltungskriterien</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
<p><b>Thema des UV: „Erste Schritte im Basketball“ – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen sowie fair und mannschaftsdienlich agieren</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>•</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]</li> <li>•</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> </ul>	

**UK**

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>die technischen Grundelemente erlernen bzw. verbessern</li> <li><b>Annäherung an das Zielspiel bei Reduzierung der Spielerzahl und der Feldgröße</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>die unterschiedlichen Grundfertigkeiten dribbeln, passen, fangen unter Belastung festigen</li> <li>den Wurf ein- oder beidhändig aus kurzer Entfernung in Feinform ausführen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Passen, Fangen, Dribbeln, Wurf (Korbnähe, ein- und beidhändig) mit Brett</li> <li>Freilaufen, Linie Ball-Korb</li> <li>Regeln: Kein Körperkontakt, Doppeldribbling</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>dribbeln/Dribbling, passen/Pass, fangen, werfen/Wurf</li> <li>Individualtaktik</li> <li>Mannschaftstaktik</li> <li>Foul, Doppeldribbling</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beherrschung der technischen Elemente im Spiel</li> <li>Spielverhalten im 3:3</li> </ul> <p>punktuell:</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anwendung der Technik und Taktik</li> <li>Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>Bewegungsintensität / Anstrengung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 7.5
<b>Thema des UV: „Vom Federball zum Badminton“ - grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit- und gegeneinander spielen.</li> <li>in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen</li> <li>selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschied „Federball“ &amp; Badminton</li> <li>• Schlägerhaltung (Hammer)</li> <li>• Ballgewöhnung</li> <li>• Gefühl für Schläger –Ball verbessern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielgemäßes Konzept</li> <li>• Arbeit mit Beobachtungsbögen bzw. Partnerkorrektur</li> <li>• Arbeit mit Bildreihen und Bewegungsbeschreibungen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung VH-ÜK Clear</li> <li>• Wettbewerbe mit / ohne Vorgabe</li> <li>• Einführung Aufschlag</li> <li>• Erlernen des Überkopf-Clear</li> </ul> <p>Fachbegriffe: Clear, Schwungschleife</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbeiträge in Reflexionsphasen</li> <li>• Lern- und Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Beteiligung am Auf-Abbau</li> <li>• Leistungsverbesserung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende durch eine Demonstration der erarbeiteten Schläge</li> </ul>

## 2.5 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 7

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
<b>Thema des UV: "Vorbereitung nach Plan" – Planung und Durchführung unterschiedlicher allgemeiner und sportartspezifischer Aufwärmprogramme unter der besonderen Berücksichtigung der Funktionalität</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>•</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul>	



**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Planung und Durchführung eines allgemeinen und spezifischen Aufwärmens im Hinblick auf die Funktionalität.</b></p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Spezifische und allgemeine Erwärmung</p> <p>Funktionalität</p> <p>Dehnen und Mobilisieren</p> <p>Herz-Kreislaufsystem</p>	<p>Kriterien für ein effektives allgemeines und sportartspezifisches Aufwärmen aufstellen.</p> <p><b>Verschiedene (bekannte) Aufwärmprogramme absolvieren, reflektieren und um- bzw. neugestalten.</b></p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Reflexion und Verbesserung verschiedener Aufwärmprogramme im Hinblick auf die Funktionalität.</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Muskulatur, Bänder, Sehnen, Gelenke</p> <p>Funktionalität</p> <p>Herz-Kreislaufsystem</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Unterrichtsbeiträge in Gesprächs- und Reflexionsphasen.</p> <p>Anstrengungsbereitschaft.</p> <p><u>Beobachtungspunkte:</u></p> <p>Funktionalität im Hinblick auf Allgemeinheit und/oder Spezifität.</p>

<p><b>Jahrgangsstufe: 7</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 4</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.6</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Ich mache mich fit!“ - Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</b></p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>F - Gesundheit</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Konditionstraining</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (z.B. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituation – auch unter Druckbedingungen</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (z. B. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <p>unterschiedliche individuelle Voraussetzungen im Bereich der Kondition ermitteln und berücksichtigen</p> <p>gemeinsame Zielsetzung festlegen Phasierung der Laufbewegung</p> <p>Kriterien für eine bewegungsökonomische Lauftechnik</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Begriff der Kondition: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit, Beweglichkeit, Koordination</p> <p>individuelle Leistungsfähigkeit Grundlagenausdauer</p> <p>Bewegungsphasen: vordere Stützphase, hintere Stützphase, hintere Schwungphase, vordere Schwungphase</p> <p>Schrittlänge und –frequenz, Armbewegung etc.</p>	<p>Feststellen der individuellen Stärken und Schwächen im Bereich der Ausdauer</p> <p>Entwicklung eines Trainingsplans</p> <p>Verbesserung der Grundlagenausdauer durch kennen lernen und anwenden der richtigen Lauftechnik sowie regelmäßigen Trainings</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Trainingsplan</p> <p>Temposteigerung</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>mit Hilfe von z.B. Cooper Test</p> <p>Pulsmessung zur Kontrolle des individuellen Leistungsfortschritts</p> <p>individuelle Trainingspläne</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Pulsmessung</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Ausdauerläufe Beobachtungskriterien:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Anwendung der erlernten Lauftechnik und der Pulsmessung</p> <p><b>punktuell</b></p> <p>Abschlusslauf nach vorher festgelegten Kriterien; Berücksichtigung des individuellen Leistungsfortschritts</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>gelaufene Meter Zeit Pulsfrequenz Ökonomie der Bewegung</p>

<p><b>Jahrgangsstufe: 7</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 4</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.5</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Spielen fürs Köpfchen“ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben</b></p>		
<p><b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>c- Wagnis und Verantwortung</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● <b>Kleine spiele und Pausenspiele</b></li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Handlungssteuerung [c]</li> <li>● Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>● Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>	

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

#### **BWK**

☒☒ lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK

2.3]

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **SK**

die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]

unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in

- vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]

#### **MK**

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden

#### **UK**

- sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel- und Übungsformen zur Förderung der Denk-, Konzentrations- und Wahrnehmungsfähigkeit</li> <li>• Verbindung von körperlicher Betätigung und geistiger Aktivität</li> <li>• Durchführung verschiedener Übungen: <ul style="list-style-type: none"> <li>Zahlenreihen;</li> <li>Buchstabenkombinationen</li> <li>Code knacken</li> <li>Legobretter</li> <li>Symbole erkennen</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeit in Kleingruppen</li> <li>• -Durchführung der Aufgaben in Einzelphasen</li> <li>• -Übungen bauen didaktisch-methodisch nicht zwingend aufeinander auf</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufbau der Denk- Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen</li> <li>• Erarbeitung und Reflexion der Kriterien</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Denk-, Konzentrations- und Wahrnehmungsfähigkeit</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellung eigener Denk-, Konzentrations- und Wahrnehmungsübungen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellung der erarbeiteten Wettkampffideen</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
<b>Thema des UV: Vom in die Höhe Springen zum Hochsprung“ – die leichtathletische Disziplin des Hochsprungs erlernen, auf grundlegendem Fertigkeitenniveau und in unterschiedlichen Wettbewerben (u.a. Relativwettkämpfe ausführen und reflektieren</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b> <b>d - Leistung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> <li>• alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul>	



- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]

**UK**

- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Vielfältige Sprungerfahrungen in die Höhe,</b></li> <li>- <b>Einführung in den Schersprung und den Flop in der Grobform</b></li> <li>- <b>Schwerpunkt Anlauf-Absprung-Gestaltung (u.a. Kurveninnenlage, Fußaufsatz in Laufrichtung, Absprungstreckung)</b></li> <li>- <b>Entwicklung eines differenzierten Verständnisses von Leistung (relative [in Bezug auf die Körpergröße] und absolute Sprunghöhe)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Entdeckendes Lernen über (z.B. kontrastive) Lern- und Bewegungsaufgaben (z.B. Sprünge über verschiedene Hindernisse, an verschiedenen Höhenorientierungen, mit unterschiedlichen Rhythmen etc.)</b></li> <li>- <b>Systematisches Üben einzelner Phasen mit Einüben von Schüler-Schüler-Feedback im Rahmen von Stationsbetrieb, v.a. in Partnerarbeit</b></li> <li>- <b>Ggf. digital gestütztes Video-feedback (Bewegungsanalyse)</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die optimale Wirkungsweise von Anlauf, Absprung, Lattenüberquerung und Landung</li> <li>- Reflexion über den Begriff Leistung, insbesondere der relativen Leistung</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprungkrafttraining</li> <li>- <b>Bogenförmiger Anlauf</b></li> <li>- <b>Lattenüberquerung</b></li> <li>- <b>Schersprung</b></li> <li>- <b>Flop-Technik</b></li> <li>- <b>Relative und absolute Sprunghöhe</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Eigenständige Nutzung geeigneter Übungsformen zur Steigerung der individuellen Leistung</b></li> <li>- <b>Verantwortungsvolles Feedback gegenüber dem Partner</b></li> <li>- <b>Mitarbeit in Reflexionsphasen</b></li> <li>- <b>Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</b></li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Normierter Hochsprungwettkampf</b></li> <li>- <b>Wertung des Ergebnisses sowohl absolut als auch relativ, vgl. Anhang</b></li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.5
Thema des UV: „Tauchen wie die Profis“ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher tauchen		
<b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b> <b>f - Gesundheit</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b>	

- Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
- Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]
- die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]

**UK**

- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Tauchen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> <li>• Individuelles Tauchen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Auftrieb/ Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwierigkeitsgrad der Sprünge und Tauchgänge</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6
<p><b>Thema des UV: „Ich will vielseitiger werden!“ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul- oder Brustschwimmen) mit Start und Wende optimieren und eine neue Technik (Rückenschwimmen) erlernen</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p>Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Festigung der Schulung von Wechselzugtechniken (Armzug, Beinschlag, Atmung, Start, Wende) und einer Gleichzugtechnik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten von Koordination</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> <li>• Vertiefung: Wechselzugtechnik: Kraul- Rückenkraultschwimmen, Gleichzugtechnik: Brustschwimmen, Starts, Wenden</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wechselzug/Gleichzug</li> <li>• Phasen: -zug, -druck, -schwung</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• Auftrieb/ Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik des Rückenkrault-, des Kraul-, Brustschwimmens,</li> <li>• 50m Zeitschwimmen</li> <li>• Bewegungsgenauigkeit</li> <li>• Technik Start und Wende</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
<b>Thema des UV: „Nur Fliegen ist schöner!“ – Einführung in das Synchronspringen mit dem Minitrampolin</b>		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Differenzierte Erarbeitung von Grund-/Fußsprüngen des Trampolinturnens ohne Rotation um die Körperbreitenachse: z.B. Streck-, Hock-, Grätsch-, Grätschwinkel-, Bücksprung, Strecksprung mit Drehung(en) etc.</li> <li>- Grundlegende Entwicklung von Kriterien für gelungenes Trampolinspringen (z.B. Ausdruck, Dynamik, Höhe der Sprünge, Körperspannung, sichere Landung etc.)</li> <li>- Entwicklung von speziellen Kriterien des Synchronturnens (z.B. Synchronität in Beginn und Ende der Übung, Gestaltung und Geschwindigkeit von Anlauf und Einsprung in das Trampolin, Höhe/Weite der Sprünge, Anlaufgestaltung, Art der Landung etc.)</li> <li>- Ggf. Einführung des Salto vw.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbstständiger Auf- und Abbau von Gerätestationen</li> <li>- Deduktives Vorgehen beim Erlernen der Einzelsprünge</li> <li>- Eigenständige Ausgestaltung der Synchronkür auf der Basis der zuvor entwickelten Kriterien</li> <li>- Variation von Geländehilfen, Visualisierungen und akustischen Signalen</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Elemente</li> <li>- Reflexionen über Struktur und Funktion des spezifischen Einsprunges in das MT (im Vergleich zum Einsprung in das Reuterbrett)</li> <li>- Reflexion über weitere Möglichkeiten der Ausgestaltung einer Synchronkür (z.B. Kleidung, Musik etc.)</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken, Gefahren und den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über Funktion und Sinnhaftigkeit von Kriterien zur Synchronität</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Synchronität</b></li> <li>- <b>Streck-, Hock-, Grätsch-, Grätschwinkel-, Bücksprung</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Sich auf einen (schwächeren) Partner einlassen können</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation einer Partnerkür auf der Basis der erarbeiteten Kriterien zum Synchronturnen</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
<b>Thema des UV: „Rope-Skipping – coole Kombis zur Musik“</b> – Bewegungsverbindungen mit dem Seil finden und präsentieren		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	<b>Inhaltsfelder:</b> b - Bewegungsgestaltung e - Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder moderne (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> </ul>	

**UK**

- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwingen und Springen mit dem kurzen Seil</li> <li>• Grundsprünge kennenlernen</li> <li>• in Partnerarbeit verschiedene Kunststücke mit dem Seil entwickeln</li> <li>• Gestaltungskriterium „Raum“ (insbes. Aufstellungsformen und Raumwege)</li> <li>• Physiologische Aspekte</li> <li>• Gestaltung einer Seil-show</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ropeskipping</li> <li>• Gestaltungskriterien (Zeit, Raum, Dynamik)</li> <li>• Grundsprünge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit Seil, Musik und Sprüngen experimentieren</li> <li>• ausgewählte Sprungvarianten erarbeiten</li> <li>• zu zweit mit einem oder zwei Seilen springen – Möglichkeiten zur Präsentation entwickeln</li> <li>• Ortswechsel und Aufstellungen in der Gruppe erarbeiten und miteinander verbinden (Aspekt: Raum)</li> <li>• Erstellen einer Übersicht, warum Rope Skipping zur Fitnessgymnastik zählt</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe- Arbeitsmethoden:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom Leichten zum Schweren</li> <li>• Vom Einfachen zum Zusammengesetzten</li> <li>• Methode: Experimentieren</li> </ul>	<p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vor- und Nachmachen verschiedener Schritte/ Sprünge und Schritt- bzw. Sprungfolgen (Basiselemente aus dem Bereich Aerobic und Rope-Skipping)</li> <li>• Umsetzung der Gestaltungskriterien in Gruppenchoreographien (Zeit, Raum, Dynamik)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Raumwege</li> <li>• Dynamik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der einzelnen Sprünge</li> <li>• Kreativität in Partner- und Gruppenprozessen</li> <li>• Sonstige Mitarbeit in Phasen der reflektierten Praxis</li> <li>• regelmäßige Demonstration am Ende jeder Doppelstunde (work in progress)</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Kreativität</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende durch eine Demonstration der erarbeiteten Sprünge/ Schrittfolgen</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Umsetzung des Gestaltungsaspektes Raum</b></li> </ul>

			<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Verbindung einzelner Sprungelemente in Einzel- und Gruppenpräsentationen</b></li></ul>
--	--	--	---

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
<p><b>Thema des UV: „Gegeneinander spielen und gewinnen wollen“ – im Streetball 3:3 regelkonform sowie individual- gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen in einfachen Systemen spielen</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p> <p>Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> </ul>	



**UK**

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die technischen Elemente erweitern und regelkonform einsetzen</li> <li>• Anwendung der unterschiedlichen Grundfertigkeiten im Spiel 3-3</li> <li>• Ein Streetballturnier organisieren und durchführen; Unterschiede zum herkömmlichen Basketballspiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die unterschiedlichen Grundfertigkeiten, besonders dribbeln, passen, werfen im Zielspiel Streetbasketball anwenden.</li> <li>• Erproben der einzelnen Fertigkeiten in normalen Spielsituationen</li> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schrittregel</li> <li>• Positionswürfe</li> <li>• Spiel 3:3</li> <li>• Grundregeln 1:1</li> </ul> <p>Foul-/Streetballregeln</p> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Streetball</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beherrschung der genannten technischen Elemente</li> <li>• Mitwirkung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkonformität</li> <li>• Spielverhalten im Spiel 3 : 3</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>• Bewegungsintensität</li> <li>• Genauigkeit Positivwurf</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
<b>Thema des UV: „Vom ‘Ball-über-die-Schnur‘ zum Volleyball“</b> – volleyballspezifische Handlungssituationen auf grundlegendem Niveau bewältigen		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul>

**MK**

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Grundfertigkeiten des Passen und Fangens über ein Netz erlernen</li> <li>• Das Volleyballfeld kennenlernen und Räume besetzen</li> <li>• Die Grundzüge des Pritschens (anwerfen – pritschen) erfahren</li> <li>• Schulung der Phasenstruktur 1. Spielposition einnehmen 2. Grundhaltung einnehmen 3. Bewegungsausführung ( Impulsübertragung )</li> <li>• Erfolge bei der situationsgerechten Anwendung erfahren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fußposition</li> <li>• Beugung aller beteiligten Gelenke</li> <li>• Oberes Zuspiel</li> <li>• Impulsübertragung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben der einzelnen Fertigkeiten in vereinfachten Spielsituationen ( z.B. 10er Ball)</li> <li>• Die unterschiedlichen Grundfertigkeiten Pritschen mit Anwerfen in Partner- und Gruppenübungen anwenden</li> <li>• Gewöhnung an das Gerät mit verschiedenartigen Bällen ( Gymnastikball / Softball / Beachvolleyball / Volleyball )</li> <li>• Wurf- und Fangübungen zum Erlernen der richtigen Spielposition</li> <li>• Erlernen und situationsgerechte Anwendung der Grundhaltung</li> <li>• Übungen zum Erlernen der Impulsübertragung</li> <li>• Ausführung der Bewegung unter körperlicher Belastung</li> <li>• Ausführung der Techniken mit und ohne Netz/Leine</li> <li>• Anwendung der Techniken in unterschiedlichen Spiel- und Übungsformen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation</li> <li>• Richtige Ausführung der Bewegungsabläufe</li> <li>• Richtige Positionierung im Raum</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Entscheidungsrichtigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuspiel in Partner- und Gruppenarbeit</li> <li>• Anwendung in vereinfachter Spielform</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Erfolgsquote beim Zuspiel</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
<b>Thema des UV: „Achtung, fliegende Scheibe!“</b> – Einführung in das Sportspiel ‚Ultimate Frisbee‘		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul>

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführung des Rückhandwurfes erlernen</li> <li>• Sandwichcatch als sicherste Fachtechnik erlernen</li> <li>• Die wichtigsten Regeln des Ultimate Frisbee benenne, ausprobieren und anwenden</li> <li>• Ohne Schiedsrichter ein faires Spiel durchführen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rückhandwurf</li> <li>• Sandwich-Catch</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Grundfertigkeiten des Rückhandwurfes und des Fangens in Partner- und Gruppenübungen anwenden</li> <li>• Erproben der einzelnen Fertigkeiten in vereinfachten Spielsituationen</li> <li>• Wurf- und Fangübungen zum Erlernen der richtigen Körperposition</li> <li>• Erlernen und situationsgerechte Anwendung der Grundhaltung</li> <li>• Erlernen der Zielgenauigkeit mit Zielspielen</li> <li>• Ausführung der Bewegung unter körperlicher Belastung</li> <li>• Anwendung der Techniken in unterschiedlichen Spiel- und Übungsformen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation</li> <li>• Richtige Ausführung der Bewegungsabläufe</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Entscheidungsrichtigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuspiel in Partnerarbeit</li> <li>• Anwendung in (vereinfachter) Spielform</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Erfolgsquote beim Werfen und Fangen</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.3
<p><b>Thema des UV: „Einer wird gewinnen“ – in unterschiedlichen Zweikampfsituationen mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform miteinander kämpfen und grundlegenden Zweikampftaktiken anwenden</b></p>		
<p><b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d- Leistung</b>  <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: Schieben, Ziehen und Halten</li> <li>• Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten: Ausweichen bzw. Fintieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sinneswahrnehmung als Handlungsprozess</li> <li>• Über- und Unterlegenheit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entdecken, Prüfen und Experimentieren</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Formen des Kräftemessens in spielerischer Form</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe - Arbeitsmethode:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfformen (z. B. Sumo, Schildkröte umdrehen etc.)</li> <li>• Entwicklung gemeinsamer Regeln</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individualtaktik</li> <li>• Chancengleichheit</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzung der Wettkampfformen</li> <li>• Berücksichtigung der Regeln</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte Wettkampfform (z. B. Sumo)</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der technischen Elemente</li> <li>• Bewegungsqualität der technischen Ausführung</li> </ul>

## 2.6 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 8

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.7
<b>Thema des UV: „Fit für die Bretter“</b> – Unterschiedliche Fitnessgymnastik-Programme zur gezielten Vorbereitung auf die Ski-Exkursion erproben und reflektieren		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3]</li> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	

**MK**

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
- Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung der Bein- und Rumpfmuskulatur erlernen</li> <li>• Erweiterung der Beweglichkeit in allen Körperteilen erlernen</li> <li>• Verbesserung der Koordination zwischen Gehirn und Beinen/Füßen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dynamische / statische Kraft</li> <li>• Maximalkraft</li> <li>• Rumpfmuskulatur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Kraftübungen zur Stärkung der Bein- und Rumpfmuskulatur durchführen</li> <li>• Unterschiedliche Beweglichkeitsübungen zur Verbesserung der allgemeinen Beweglichkeit durchführen</li> <li>• Unterschiedliche Koordinationsübungen zur Verbesserung der Koordination zwischen Gehirn und Beinen/Füßen durchführen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Haltungsfehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik bei der Durchführung der Übungen</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der Fertigkeiten bei unterschiedlichen Kraft-, Beweglichkeits- und Koordinationsübungen</li> <li>• Richtige Ausführung der Bewegungsabläufe</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 2.6
<p><b>Thema des UV:</b> „<i>So spielt man anderswo</i>“ Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit und gegeneinander) durchführen, analysieren und beurteilen</p>		
<p><b>BF/SB 2 : Das spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><b>d - Leistung</b></li> <li><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></li> </ul>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>● Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>● Interaktion im Sport [e[]</li> </ul>	

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

#### **BWK**

- Eigene Spiele und spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [ 10BWK 2.2]

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **SK**

- Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10SK e1]

●

#### **MK**

- In sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen
- selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]

#### **UK**

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit-und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK d2]
- den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter der Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [ 10 UK d2]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>● Fremde Spiele ( Z.B. Hockey, Ultimate Frisbee, Floorball oder Indiac, aber auch Spiele, die im Schulsport nur wenig Raum finden) vorstellen, modifizieren und spielen</li> <li>● Spiele bewerten und vergleichen</li> <li>● Kulturelle Hintergründe erarbeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Systematische Einführung</li> <li>● Erweiterung des Erfahrungshintergrunds</li> <li>● Spielerfahrene Schüler einbinden</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Einordnung des Spiels</li> <li>● Vergleich mit anderen bekannten Spielideen</li> <li>● Herausarbeiten positiver Aspekte</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Der Leistungsgedanke im Spiel</p> <p>Kommerzialisierung</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Kriteriengeleitete Beurteilung der Spiele</li> <li>● Engagement</li> <li>● Spielverständnis</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Ein ausgewähltes Spiel unter vorgegebenen Kriterien bewerten</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
<b>Thema des UV: „Übung macht den Meister“ – die leichtathletische Disziplin des Ballwurfs bzw. des Weit- und Hochsprungauf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegnlernen</b> <b>d - Leistung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul>	

- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]

**UK**

- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wahlfreiheit der Schülerinnen und Schüler, welche der Techniken (Ballwurf, Weitsprung, Hochsprung) vertieft geübt werden soll</b></li> <li>- <b>Wiederholung der ausgewählten Technik auf vertieftem Niveau (insbesondere durch vertiefte Bewegungsanalyse)</b></li> <li>- <b>Vertieftes Üben v.a. der Hauptfunktionsphase (Anlauf-Absprung bzw. Anlauf-Abwurf-Komplex)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Systematisches Üben einzelner Phasen, v.a. aber der Hauptfunktionsphase, mit Einüben von Schüler-Schüler-Feedback im Rahmen von Stationsbetrieb, v.a. in Partner- bzw. Kleingruppenarbeit</b></li> <li>- <b>Vertieftes digital gestütztes Videofeedback (Bewegungsanalyse)</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die optimale Wirkungsweise der Hauptfunktionsphase</li> <li>- Reflexion über einfache biomechanische Zusammenhänge</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Phasenmodell</li> <li>- Hauptfunktionsphase</li> <li>- <b>Biomechanik</b></li> <li>- <b>Feedbackprozesse</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigenständige Nutzung geeigneter Übungsformen zur Steigerung der individuellen Leistung, insbesondere auch bei der technischen Entwicklung</li> <li>- Verantwortungsvolles Feedback gegenüber dem Partner</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technikdemonstration</li> <li>- Normierter Wettkampf der ausgewählten Disziplin</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
<b>Thema des UV: „Wir halten die Bälle in der Luft!“</b> – Jonglieren mit unterschiedlichen Geräten: von der Partnerjonglage zur 3-Ball-Kaskade		
BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste	<b>Inhaltsfelder:</b> b - Bewegungsgestaltung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition mit oder ohne Materialien aus dem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> </ul>	

**UK**

- einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]
- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materialgewöhnung (Tücher, Jonglierbälle, Ringe, Keulen,...)</li> <li>• Vielfältige Koordinationsübungen mit ein, zwei und mehr Bällen, Tüchern etc.: Ein-Ball-Challenges, Partner-Challenges, Gruppen-Challenges</li> <li>• Auswirkungen des Jonglierens auf körperliches und geistiges Wohlbefinden</li> <li>• Von der Partnerjonglage zur Einzeljonglage mit 3 Bällen</li> <li>• Levelregeln</li> <li>• Bottleflip</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 3-Ball-Kaskade</li> <li>• Einzel-Jonglage</li> <li>• Partner-Jonglage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom „Einfachen zum Schweren“ bzw. „Vom weniger Komplexen zum Komplexen“</li> <li>• Arbeit an Stationen/ mit Geräthilfen (z.B. Jonglieren auf der schiefen Ebene mit Bank und Matten, Jonglage gegen eine Bank)</li> <li>• Arbeit mit Video-Tutorials</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Warm-Up</b></li> <li>• <b>Trick-Kartei</b></li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundmuster des Jonglierens</li> <li>• richtige Armhaltung/ Wurftechnik</li> <li>• Bedeutung des Übens: Erfahren von Freude als Ergebnis des vertieften Sich-Bemühens</li> <li>• Stressabbau durch „meditative“ Gleichförmigkeit</li> <li>• Schulung der motorischen Fähigkeiten, Reflexe und des Konzentrationsvermögens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Üben</li> <li>• Tricks (Schwungvolle Acht, Durchkreuzen, Knoten, Follow,....)</li> <li>• Kaskade</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbeiträge in Reflexionsphasen</li> <li>• Lern- und Anstrengungsbereitschaft beim Üben</li> <li>• Leistungsverbesserung</li> <li>• Zusammenarbeit in Phasen der Partner- und Gruppenarbeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Konzentration</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende durch eine Demonstration der erarbeiteten Tricks</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Abstimmung mit Partner</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
<p><b>Thema des UV: „Gegeneinander spielen und als Mannschaft gewinnen wollen“ – Erweiterung der individual-, gruppen- und mannschaftstaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Streetball</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p> <p>Wählen Sie ein Element aus.</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul>	

**MK**

- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden.</li> <li>• Spielregeln als hilfreiche Beschränkungen des Spiels sehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die unterschiedlichen Grundfertigkeiten, besonders dribbeln, passen, werfen im Zielspiel Streetbasketball vertiefen.</li> <li>• Erproben der einzelnen Fertigkeiten in normalen Spielsituationen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schrittregel</li> <li>• spielnaher Korbleger</li> <li>• Überzahlspiel (1:2 und 2:3)</li> <li>• Spiel 3:3</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überzahlspiel</li> <li>• Dribbelwende</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beherrschung der genannten technischen Elemente</li> <li>• Mitwirkung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkonformität</li> <li>• Spielverhalten im Spiel 3 : 3</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 24	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
<b>Thema des UV: „Sicher auf der Piste“ - beim Skifahren vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>f - Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen</li> <li>• Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten beschreiben und verlässlich einhalten</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verständnis für das Material erzeugen und sicheren Umgang gewährleisten</li> <li>• sicheres Aufsteigen lernen, Skikanten einsetzen und nutzen lernen</li> <li>• Grundposition stabilisieren, Gewöhnen an das Beschleunigen</li> <li>• sicheres und kontrolliertes Anhalten</li> <li>• Richtungswechsel sinnvoll einleiten und anwenden</li> <li>• Notsturz</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• spielerische Bewegungsübungen mit einem oder zwei Ski</li> <li>• differenzielles Lernen</li> <li>• methodische Übungsreihen zum Schneepflug</li> <li>• Theorieinputs durch Lehrkörper</li> <li>• Notsturz im Stand-, Schrägfahrt- und Fahrübung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fachmethode: methodische Übungsreihe</li> <li>• differenzielles Lernen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gegenstände</b></li> <li>• Aufwärmübungen</li> <li>• Sicheres Anhalten</li> <li>• Bremsen</li> <li>• Materialkunde</li> <li>• Pflugkurven</li> <li>• Parallelposition</li> <li>• Notsturz - Fallen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• KSP</li> <li>• Körperachsen</li> <li>• Fis-Regeln</li> </ul>	<p>Wird nicht bewertet!</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Thema des UV: „Wir legen uns in den Schnee“ - <i>das Carven erfahren und erleben</i>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c - Wagnis und Verantwortung
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Handlungssteuerung</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern</li> <li>• technisch-kordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportpezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen</li> </ul>

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundsätzliches zum Carverski (Theorie)</li> <li>• Parallelschwingen mit Carvern</li> <li>• Verknüpfung von Wegen miteinander</li> <li>• Formen des Carvens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taillierungsradius</li> <li>• Kantenbiegung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom Pflugfahren zur parallelen Skistellung</li> <li>• Kurvenfahren ohne Driften</li> <li>• Gewichtsverlagerung/Belastungswechsel</li> <li>• Geschwindigkeiten erhöhen um Formen des Carvens zu erproben und erleben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kantenbelastung</li> <li>• Carven ohne Driften</li> <li>• Grundschwünge</li> <li>• komfort-carven</li> <li>• schon-carven</li> <li>• Alpha-carven</li> <li>• Snowtouch-carven</li> <li>• Bojen-carven</li> </ul>	<p>Wird nicht bewertet!</p>

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.3
<b>Thema des UV: „Yeti und seine Verfolger“ - Formationen in Kurzsprung gestalten und präsentieren</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen e - Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern</li> <li>technisch-koodinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportpezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in vorgegebenen Formationen bewegen und das Bewegungsrepertoire erweitern</li> <li>• Formationen selbstständig erstellen, erproben und präsentieren</li> <li>• Kurzsprungtechnik</li> <li>• Bedeutung von Kommandos im Formationsfahren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erstellen von Gestaltungskriterien für eine Formation mittels UG</li> <li>• Formationen zu zweit, als Kleingruppe oder Großgruppe</li> <li>• Übungsformen zu unterschiedlichen Kommandos und damit verbundenen Ausführungen durch Zuruf des Lehrers oder eines mitfahrenden Schülers</li> <li>• Slalomfahren (mit kurzen Abständen)</li> <li>• Rhythmisierung mittels Stockeinsatz</li> <li>• Erstellen von Bewegungen durch ausprobieren/ Hilfkarten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsmethode: Formationen erstellen (Schüler- und Lehrerinfo)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreis oder Vieleckformationen</li> <li>• Partner- oder Gruppenformationen</li> <li>• Kurzsprungtechnik</li> </ul>	<p>Wird nicht bewertet!</p>

## 2.7 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 9

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.8
<p><b>Thema des UV: „Das Fitnessstudio in der Turnhalle“</b> – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen unter besonderer Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung</p>		
<p><b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p> <p><b>f - Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3]</li> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul>	



- Wählen Sie ein Element aus.

#### **MK**

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
- Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]
- Wählen Sie ein Element aus.

#### **UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein Ganzkörpertraining entwickeln</li> <li>• Gesundheitsschädliche Übungen erkennen und verbessern</li> <li>• Die eigenen Belastungsgrenzen erfahren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dynamische / statische Kraft</li> <li>• Maximalkraft</li> <li>• Individuelles Belastungsniveau</li> <li>• Reizschwelle</li> <li>• Borg-Skala</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterschiedliche Kraftübungen zur Stärkung der Muskulatur durchführen</li> <li>• Unterschiedliche Belastungsparameter ausprobieren und sinnvoll anwenden</li> <li>• Den Wechsel zwischen Anstrengungs- und Erholungsphasen sinnvoll planen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsmethode : Erproben ( Schüler und Lehrerinfo)</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der Übungen</li> <li>• Einschätzen der eigenen Belastung mithilfe einer Skala (z.B. Borg-Skala)</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der Fertigkeiten bei den unterschiedlichen Kraftübungen</li> <li>• Richtige Ausführung der Bewegungsabläufe</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung und Durchführung eines Fitnesszirkels</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswahl der Übungen</li> <li>• Steuerung der Belastung</li> <li>• Zeitmanagement</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.9
<b>Thema des UV: „Gekonnt koordinieren“ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer sowie Berücksichtigung von unterschiedlichen Druckanforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck)</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten entwickeln</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslerne</b> <b>d – Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schulung von 5 Komponenten der Koordinationsfähigkeit (Differenzierung, Reaktion, Orientierung, Gleichgewicht, Rhythmisierung) mit Geräten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Differenzierungsfähigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben der einzelnen Komponenten der Koordinationsfähigkeit</li> <li>• Wahrnehmen und Erläutern von Spannung und Entspannung durch eine angeleitete Entspannungstechnik (z.B. Atemtraining, Traumreise etc.)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsmethode: Erproben (Schüler- und Lehrerinfo)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaktionsfähigkeit: einfache kleine Ballspiele</li> <li>• Orientierungsfähigkeit &amp; Gleichgewichtsfähigkeit: Ball prellen, Kunststücke mit dem Ball, rollen in verschiedenen Variationen, balancieren über Gegenstände (über Bänke, bergauf/-ab, mit labiler Unterlage etc.)</li> <li>• Rhythmisierungsfähigkeit: laufen und hüpfen über Gegenstände (Bänke, Matten, Kästen, Bananenkisten etc.), mit dem Seil springen</li> <li>• Differenzierungsfähigkeit: werfen/springen auf, über, in, durch Ziele</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der angeleiteten Entspannungstechnik</li> <li>• Umsetzen der einzelnen Komponenten der Koordinationsfähigkeit</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernsthaftigkeit</li> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 3.7
<b>Thema des UV: „Das kann ich (noch) nicht, aber das Tablet wird mir helfen!“ – eine weitere komplexe Wurfdisziplin der Leichtathletik (Kugelstoßen) erlernen und auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>d - Leistung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul>

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]

**UK**

- den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Schulung einer grundlegenden Stoßbewegung durch Stoßen von unterschiedlichen Gegenständen, auch spielerisch</li> <li>- Über den Frontalstoß zum Standstoß</li> <li>- Erarbeitung alternativer Beschleunigungsformen zum Angleiten (Angehen, Antippen etc.)</li> <li>- Besondere Berücksichtigung von sicherheitsrelevanten Aspekten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Systematisches Üben einzelner Phasen, v.a. aber der Hauptfunktionsphase, mit Einüben von Schüler-Schüler-Feedback im Rahmen von Stationsbetrieb, v.a. in Partner- bzw. Kleingruppenarbeit</li> <li>- Übungsprozesse mit leichterem Gewicht</li> <li>- Fester Stationsbetrieb vor dem Hintergrund sicherheitsrelevanter Aspekte</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die optimale Wirkungsweise der Hauptfunktionsphase</li> <li>- Reflexion über einfache biomechanische Zusammenhänge, v.a. durch die Verwringung (Koordination von Teilimpulsen, Impulsübertragung)</li> <li>- Reflexion über sicherheitsrelevante Aspekte</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Biomechanik</li> <li>- Standstoß</li> <li>- Verwringung</li> <li>- Angleiten</li> <li>- <b>Stoßbewegung</b></li> <li>- <b>Stoßring</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigenständige Nutzung geeigneter Übungsformen zur Steigerung der individuellen Leistung, insbesondere auch bei der technischen Entwicklung</li> <li>- Verantwortungsvolles Feedback gegenüber dem Partner</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technikdemonstration</li> <li>- Normierter Wettkampf</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 4.7
<p><b>Thema des UV: „Hiilfe!“ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten auch unter Berücksichtigung von ausdauerndem Schwimmen (min. 20‘)</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <p><b>c - Wagnis und Verantwortung</b></p> <p><b>f - Gesundheit</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>



**MK**

- die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]
- Wählen Sie ein Element aus.
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Verantwortliche Selbst- und Fremdrettung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten von Koordination</li> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser in Risikosituationen</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen und Retten</li> <li>• abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientierungsfähigkeit im Wasser</li> <li>• Rettung</li> <li>• Baderegeln</li> <li>• Ausdauerleistung</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerleistung (bis 20 Min)</li> <li>• Rettungsfähigkeit / -techniken</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.8
<p><b>Thema des UV: „Auch im Wasser kann man spielen“ – Anwendung unterschiedlicher Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Springen, Schwimmen, Tauchen) zur Entwicklung, Durchführung und Beurteilung unterschiedlicher Spiele im Wasser</b></p>		
<p><b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</li> <li>e - Kooperation und Konkurrenz</li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	

**MK**

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]
- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]

**UK**

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Freude am gemeinsamen Spiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten von Koordination</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspiel Wasserball</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielregeln</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel</li> <li>• konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielfähigkeit</li> <li>• Einhaltung von Regeln</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 14	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6
<b>Thema des UV: „Gemeinsam in der Balance sein“ – unterschiedliche Figuren der Partnerakrobatik (z.B. Bankpyramiden, Stuhl, Gallionsfigur, Flieger, Übereinanderstehen) kennen lernen und im Rahmen einer Partner- bzw. Gruppengestaltung präsentieren</b>		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatik</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> </ul> <b>MK</b>	

- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
- Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]

**UK**

- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung von Voraussetzungen für die Partnerakrobatik (Vertrauens- und Spannungsübungen, Griffhaltungen, Sicherheitsregeln, Kommunikation)</li> <li>- Erarbeitung unterschiedlicher Bankpyramiden (2er, 3er, 4er, 6er, Klassenpyramide)</li> <li>- Erarbeitung unterschiedlicher Figuren aus unterschiedlichen Kategorien der Partnerakrobatik, z.B. Stuhl/Galionsfigur, Flieger, Übereinanderstehen o.ä.; dabei differenziertes Angebot von unterschiedlichen Schwierigkeiten</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Deduktives Vorgehen bei den Voraussetzungen, insbesondere bei der Sicherheit</li> <li>- induktives Vorgehen beim Erlernen und Einüben der Figuren auf der Basis klar formulierter Sicherheitsregeln, z.B. über differenziertes Stationenlernen/Stationskarten</li> <li>- Variation von Geländehilfen, Visualisierungen und akustischen Signalen</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die eigene Körperwahrnehmung bei der Einnahme unterschiedlicher Positionen bzw. bei unterschiedlichen Partnern</li> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen akrobatischen Figuren</li> <li>- Reflexion über biomechanische Wirkungsweisen (z.B. Drehmoment, gemeinsamer KSP, Impuls etc.)</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken und Gefahren sowie den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über Funktion und Sinnhaftigkeit von Kriterien zur Präsentation der Figuren</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Handgelenk-/Unterarmgriff</b></li> <li>- <b>Aufstiegs-/Belastungspunkt</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Sich auf einen (schwächeren) Partner einlassen können</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei Auf- und Abbauprozessen</li> <li>- Verantwortungsvoller Umgang mit eigenen Ängsten und Ängsten anderer</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation unterschiedlicher Figuren aus unterschiedlichen Kategorien der Partnerakrobatik</li> </ul>



		<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Drehmoment, Körperschwerpunkt, Impuls</b></li><li>- <b>Auf- und Abstieg</b></li></ul>	
--	--	--	--

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 16	Nummer des UVs im BF/SB: 6.5
<p><b>Thema des UV: „So sieht das aus!“</b> – die eigene Bewegungsqualität in der Stepaerobic- oder Ball-Ko-Robics Ausdauer-Choreographie durch Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungskönnen vergleichend beurteilen</p>		
<p>BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste</p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>f - Gesundheit</li> <li>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskönnen</li> </ul>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik</li> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Formen der Fitnessgymnastik unter ausgewählten Zielrichtungen (Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination) für sich und andere planen und durchführen (BWK1)</li> <li>• Sich gesundheitsorientiert individuell im Bereich der Langzeitausdauer (mind. 30 Min.) belasten (BWK2)</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> </ul>

**UK**

- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen  
[6 UK b1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ball-Ko-Robics und Stepaerobic als dynamisches Fitnesstraining, das sowohl die aerobe Ausdauer als auch die Koordination und Beweglichkeit mit dem Ball trainiert</li> <li>• technisch-koordinative Fertigkeiten (Bein- und Fußarbeit, Armbewegungen)</li> <li>• Thematisierung der Vielfalt von Gestaltungsmöglichkeiten im Hinblick auf die Anwendung der Gestaltungskriterien (Zeit, Raum, Dynamik, formaler Aufbau....) bei Ball-Ko-Robics und Stepaerobic</li> <li>• Selbst- und Fremdbeobachtung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Ball-Ko-Robics</b></li> <li>• <b>Stepper</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Von individuellen Gestaltungen zu Gruppenkompositionen</li> <li>• Arbeit mit wechselnden Partnern</li> <li>• Demonstration der Bewegungsaufgaben durch SuS und die Lehrkraft</li> <li>• Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App)</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementare Balltechniken und Ballkontrolle beim Ball-Ko-Robics</li> <li>• Grundlegende Schritte, Sprünge</li> <li>• Vor- und Nachmachen verschiedener Schritte/ Sprünge (Basiselemente aus dem Bereich Stepaerobic und Ball-Ko-Robics)</li> <li>• Umsetzung der Gestaltungskriterien in Gruppenchoreographien</li> <li>• den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltungskriterien (Zeit, Raum, Dynamik, formaler Aufbau)</li> <li>• Fremdbeobachtung</li> <li>• Selbstbeobachtung</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbeiträge in Reflexionsphasen</li> <li>• Lern- und Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Umgang mit den eingesetzten Medien</li> <li>• Leistungsverbesserung bei regelmäßiger Demonstration am Ende jeder Doppelstunde (work in progress)</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung vorgegener Schritt- und Sprungfolgend und deren Verknüpfungen</li> <li>• Leistungsüberprüfung am Ende durch eine Demonstration der erarbeiteten Ausdauer-Choreographien</li> </ul> <p><b>Beobachtungsschwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Gestaltungsaufbau der Choreographie</b></li> <li>• <b>Technisch-koordinative</b></li> </ul>

	<b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Gestaltungskriterien</b></li><li>• <b>Ausführungskriterien</b></li><li>• <b>Musik</b></li><li>• <b>Vormachen-Nachmachen</b></li></ul>		<b>Ausführungskriterien</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ästhetisch-gestalterischer Gesamteindruck</b></li></ul>
--	---	--	--

<p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>	<p><b>Dauer des UVs: 12</b></p>	<p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.10</b></p>
<p><b>Thema des UV: „Vom Miteinander zum Gegeneinander“ - badmintonspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Wettbewerben technisch-koordinativ sicher und taktisch-kognitiv angemessen bewältigen</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen  e - Kooperation und Konkurrenz</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele (Badminton)</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> </ul>

### Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen

#### BWK

- sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren
- Badminton regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern
- Konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden

### Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen

#### SK

- Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen

#### MK

- spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen

#### UK

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <p>den Drop erlernen bzw. festigen</p> <p>den Aufschlag von unten als regelkonforme Spieleröffnung kennen lernen</p> <p>Kenntnisse der Regeln des Einzelspiels</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Kurz-lang Spiel</p> <p>Bewegungsmerkmale Drop, Aufschlag</p> <p>Rallye-point Zählweise</p>	<p>die unterschiedlichen Grundfertigkeiten Aufschlag, Clear und Drop in Partner- und Gruppenarbeit erarbeiten bzw festigen</p> <p>den Aufschlag von unten mit verschiedenen Abständen zum Netz einüben und als Element der Spieleröffnung anwenden</p> <p>einen zielgerichteten Aufschlag von unten und den Drop als spieltaktisches Element erkennen und anwenden können</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>Drop</p> <p>Aufschlag</p> <p>mit methodischen Hilfen (Partnerhilfe beim Aufschlag, ruhender Ball beim Drop etc.)</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Treffpunkt / Flugkurve Pronation/ Supination</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>Beherrschung technischer Elemente</p> <p>Effektivität im Spiel</p> <p>Regelanwendung des Einzelspiels</p> <p><b>punktuell</b></p> <p>Turnier (z.B. Punkteübergabe)</p> <p>Beobachtungskriterien: qualitative Bewegungsausführung</p> <p>Effektivität im und für das Spielgeschehen</p> <p>Bewegungsintensität</p>



Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.11
<p><b>Thema des UV: „Vom Streetball zum Zielspiel“ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen.</b></p>		
<p><b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul>	

**MK**

- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]

**UK**

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden.</li> <li>• Mannschaftsgröße und Spielfeld dem Zielspiel annähern (Spiel 5:5)</li> <li>• Spielregeln als hilfreiche Beschränkungen des Spiels sehen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Grundfertigkeiten in spielnahen Übungsformen unter körperlicher Belastung üben und festigen</li> <li>• Einsetzen der Regelkenntnisse zur Verbesserung des Spielergebnisses</li> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik</li> <li>• Erarbeiten der Unterschiede in den beiden Spielformen</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wurf-, Pass- und Körpertäuschungen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (Wurf-, Pass-) Finte; Körpertäuschung</li> <li>• Durchbruch</li> <li>• give and go</li> <li>• back-door</li> <li>• Überzahlsituation schaffen</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beherrschung der genannten technischen Elemente</li> <li>• Mitwirkung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielverhalten im Spiel 5 : 5</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.4
<b>Thema des UV: „Aus dem Gleichgewicht“ – unterschiedliche Partnerinnen und Partnern und Gegnerinnen und Gegnern durch (Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen)</b>		
<b>BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d- Leistung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Halte-griffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2].</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: Fallen, ausgewählte Grifftechniken</li> <li>• Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten: Ausweichen und Fintieren, Befreiungsstrategien</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsmerkmale</li> <li>• Rückenlage</li> <li>• Körperschwerpunkt</li> <li>• Kraftgesetze</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entdecken, Prüfen und Experimentieren</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Formen des Kämpfens in Bodenlage und aus dem Stand</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe - Arbeitsmethode:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerschaftliche Judovariationen</li> <li>• Entwicklung gemeinsamer Regeln</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individualtaktik</li> <li>• Techniken (z. B. Kuzure-gesa-katame, Mune-gatame)</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsformen zu Taktik und Technik demonstrieren und beschreiben</li> <li>• Umsetzung der Wettkampfformen</li> <li>• Berücksichtigung der Regeln</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausgewählte Wettkampfform (z. B. Judovariation)</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der technischen Elemente</li> <li>• Bewegungsqualität der technischen Ausführung</li> </ul>

## 2.8 Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Klasse 10

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 1.10
<b>Thema des UV: „Abschließend fit werden!“ - ausgewählte Ausdauertrainingsformen zur Entwicklung der persönlichen aeroben Ausdauer begründet planen und eigenständig durchführen (mind. 30 min)</b>		
<b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten entwickeln</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d - Leistung f - Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren Sportlicher Leistung</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> </ul>	

### **Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen**

#### **BWK**

- ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexeren sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen.
- eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen

### **Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen**

#### **SK**

- psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen

#### **MK**

- grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen.

#### **UK**

- ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <p>unterschiedliche individuelle Voraussetzungen im Bereich der Kraftausdauer und Schnelligkeit ermitteln und berücksichtigen</p> <p>durch körperliche Aktivitäten die allgemeine körperliche Fitness steigern und verbessern</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Def. Fitness als körperliche Fitness, die von den sportmotorischen Fähigkeiten abhängig ist</p> <p>Def. Kraftausdauer und Schnelligkeit</p> <p>individuelle Leistungsfähigkeit</p>	<p>Feststellen der individuellen Stärken und Schwächen im Bereich der Kraftausdauer und Schnelligkeit</p> <p>Entwicklung eines Trainingsplans</p> <p>Stationen lernen, Zirkeltraining</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Trainingsplan</p> <p>Stationen lernen, Zirkeltraining: Kriterien für gute Übungen (Auswahl der Muskelgruppen, Durchführbarkeit der Übungen, Kontrolle, Funktionalität etc.), Ablauf und Durchführung</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <p>durch gezielte Übungen/Tests zu den unterschiedlichen Anforderungen im Bereich der Kraftausdauer und Schnelligkeit</p> <p>verschiedene Übungen zu unterschiedlichen Stationen/ Zirkeln zusammensetzen</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>von einfachen zu komplexeren Übungen</p> <p>integrierte Laufübungen</p> <p>Muskelgruppen: Bauch, Rücken, Brust, Schultern, Arme, Beine, Po</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>verschiedene Stationen/ Zirkel</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>individueller Leistungsfortschritt</p> <p>Qualität der Ausführung</p> <p><b>punktuell</b></p> <p>Abschlusszirkel mit vorher gemeinsam festgelegten Übungen und nach festgelegten Kriterien</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>Quantität und Qualität der ausgeführten Übungen</p> <p>individueller Leistungsfortschritt</p>



Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 3.8
<b>Thema des UV: „Aus 6 mach 3“ – einen leichtathletischen Dreikampf aus den Disziplinen Sprint, Weitsprung, Ballwurf, Hochsprung, Kugelstoßen und 5000m-Lauf gemeinsam planen, durchführen und auswerten</b>		
<b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d - Leistung</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampferhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> </ul>	

- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]
- Wählen Sie ein Element aus.

**UK**

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wahlfreiheit der Schülerinnen und Schüler, welche der drei Disziplinen gewählt und in Bezug auf einen Dreikampf vertieft geübt werden sollen</b></li> <li>- <b>Wiederholung der ausgewählten Technik auf vertieftem Niveau (insbesondere durch vertiefte Bewegungsanalyse)</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Eigenständiges Üben von Schülerinnen und Schülern</b></li> <li>- <b>Eigenständige Planung und Durchführung des Dreikampfes durch die Schülerinnen und Schüler</b></li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über die einzelnen Planungsschritte</li> <li>- Evaluation der Durchführung des Mehrkampfes</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Dreikampf</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eigenständige Nutzung geeigneter Übungsformen zur Steigerung der individuellen Leistung, insbesondere auch bei der technischen Entwicklung</li> <li>- Verantwortungsvolles Feedback gegenüber dem Partner</li> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Mitwirkung bei Planung, Durchführung und Auswertung des Mehrkampfes</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreikampf</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.7
<b>Thema des UV: „Le Parkour – unser Run ist der coolste!“</b> – Hindernisse mit Hilfe unterschiedlichster turnerischer Bewegungen kreativ, effizient und sicher überwinden		
<b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b - Bewegungsgestaltung</b> <b>c - Wagnis und Verantwortung</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b>

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]
- Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]
- Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]

**UK**

- komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Differenzierung zwischen LeParcour und Freerunning</li> <li>- Erlernen von unterschiedlichen Elementen aus unterschiedlichen „Kategorien“ (z.B. Balancieren, Präzisionssprünge, Wallrun/TicTac, Überwindung von Hindernissen, Drehhocke, Parkourrolle etc.)</li> <li>- Entwicklung eines Runs auf der Basis abgeänderter Kriterien bezüglich der Bewegungsgestaltung (z.B. „Flow“ statt Spannung, unnormiert statt normiert, frei statt vorgegeben etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stationenbetrieb, bei dem differenzierte Kategorien, Aufgaben und Anforderungen bereitgestellt werden</li> <li>- Kooperative Entwicklung eines Single-Runs</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion über wesentliche Bewegungsmerkmale der einzelnen Elemente des Parcouring</li> <li>- Reflexion über die eigene Körperwahrnehmung bei unterschiedlichen Wagnissituationen</li> <li>- Reflexion über eigene Ängste, Risiken und Gefahren sowie den verantwortungsvollen Umgang mit diesen</li> <li>- Reflexion über Umsetzbarkeit von grundlegenden Kriterien aus der Bewegungsgestaltung für das UV und Abänderung dieser</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Balancieren, Wallrun, Spin, Parkourrolle, TicTac, Dash etc.</b></li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mitarbeit in Reflexionsphasen</li> <li>- Umsichtige und zielgerichtete Beharrlichkeit in Übungsprozessen</li> <li>- Sich auf andere Partner einlassen können und sich gegenseitig helfen</li> <li>- Verantwortungsvolle Mitwirkung bei komplexen Auf- und Abbauprozessen und bei der Entwicklung bzw. Veränderung von Stationen</li> <li>- Verantwortungsvoller Umgang mit eigenen Ängsten und Ängsten anderer</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation eines kreativen Runs</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.12
<b>Thema des UV:</b> „ <i>Vom 3 mit 3 zum 3 gegen 3</i> “ – Erweiterung der technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch -kognitiven Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul>

- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]

#### **MK**

- grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]

#### **UK**

- Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]



Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Grundfertigkeiten Pritschen und Baggern in ihren Unterschieden und Gemeinsamkeiten erkennen</li> <li>• Schulung der Phasenstruktur 1. Spielposition einnehmen 2. Grundhaltung einnehmen 3. Bewegungsausführung ( Impulsübertragung )</li> <li>• Erfolge bei der situationsgerechten Anwendung erfahren</li> <li>• Annäherung an das Zielspiel durch Reduzierung der Spielerzahl und der Feldgröße</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fußposition</li> <li>• Beugung aller beteiligten Gelenke</li> <li>• Oberes und unteres Zuspiel</li> <li>• Impulsübertragung</li> <li>• Winkelstellung der Arme besonders beim Baggern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Die unterschiedlichen Grundfertigkeiten Pritschen und Baggern in Partner- und Gruppenübungen anwenden</li> <li>• Erproben der einzelnen Fertigkeiten in vereinfachten Spielsituationen ( Ball über die Schur / Kleinfeld)</li> <li>• Gewöhnung an das Gerät mit verschiedenartigen Bällen ( Gymnastikball / Softball / Beachvolleyball / Volleyball )</li> <li>• Wurf- und Fangübungen zum Erlernen der richtigen Spielposition</li> <li>• Erlernen und situationsgerechte Anwendung der Grundhaltung</li> <li>• Erlernen des Ballkontaktes /Ballabspiels mittels zugeworfenem und zugespitem Ball</li> <li>• Übungen zum Erlernen der Impulsübertragung</li> <li>• Ausführung der Bewegung unter körperlicher Belastung</li> <li>• Ausführung der Techniken mit und ohne Netz/Leine</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erkennen von Fehlern und reflektierende Verbesserung der eigenen Technik</li> </ul>	<p><b>Unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen der technischen Fertigkeiten in der jeweiligen Spielsituation</li> <li>• Richtige Ausführung der Bewegungsabläufe</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Entscheidungsrichtigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zuspiel in Partner- und Gruppenarbeit</li> <li>• Anwendung in vereinfachter Spielform</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Erfolgsquote beim Zuspiel</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"><li>• Richtung der Ellenbogen im Moment der Ballannahme</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Anwendung der Techniken in unterschiedlichen Spiel- und Übungsformen</li></ul>		
---	--	--	--

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.13
<b>Thema des UV: „Endlich richtig Basketball“ - Vertiefung der gruppen- und mannschaftstaktischen Fähigkeiten und Fertigkeiten im Zielspiel Basketball 5 gegen 5</b>		
<b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e - Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul>	

**UK**

- das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
<ul style="list-style-type: none"> <li>Taktische Elemente als qualitative Indikatoren für die Qualität des Spiels erkennen und anwenden.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Die Grundfertigkeiten in spielnahen Übungsformen unter körperlicher Belastung vertiefen</li> <li>Anwendung der Grundfertigkeiten in Spielsituationen unter taktischen Aspekten; individualtaktische Maßnahmen, z. B. Durchbruch, Wurf; mannschaftstaktische Maßnahmen, z.B. Pass, Freilaufen im Spiel 5:5</li> <li>Einsetzen der Regelkenntnisse zur Verbesserung des Spielergebnisses</li> </ul>	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wurf-, Pass- und Körpertäuschungen</li> <li>Freilaufen, -machen gegen intensive Verteidigung</li> <li>Dreieck bilden und im Dreieck rotieren</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>(Wurf-, Pass-) Finte; Körpertäuschung</li> <li>Durchbruch</li> <li>give and go</li> <li>back-door</li> <li>Überzahlsituation schaffen</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beherrschung der genannten technischen Elemente</li> <li>Mitwirkung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielverhalten im Spiel 5 : 5</li> <li>Ausführungsqualität</li> <li>Effektivität für das Spielgeschehen</li> <li>Bewegungsintensität</li> </ul>

## 3.0 Grundsätze der fachdidaktischen und fachmethodischen Arbeit

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich einer Grundhaltung, die von Freundlichkeit, Respekt und gegenseitiger Wertschätzung aller Beteiligten geprägt ist.

Unsere Schule und so auch die Fachkonferenz Sport bekennen sich zu den Kriterien einer guten Schule und guten Unterrichts, wie sie im Referenzrahmen für Schulqualität entfaltet werden. Dabei sind insbesondere die Qualitätsaussagen im Inhaltsbereich *Lehren und Lernen* für die Gestaltung des Unterrichts in allen Fächern unserer Schule leitend.

Um diesen Ansprüchen auch im Sportunterricht gerecht werden zu können, orientieren wir uns an den u.a. dort formulierten Merkmalen kompetenzorientierten Unterrichts:

### **Stärkenorientierung**

- In der Unterrichtsgestaltung steht nicht die Aufarbeitung möglicher Defizite im Fokus, sondern es gilt an bereits vorhandene und verfügbare Ressourcen und Stärken anzuknüpfen und diese auszubauen.
- Wir ermöglichen Selbstwirksamkeitserlebnisse und -erfahrungen, die wiederum die Motivation fördern sowie das Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl positiv beeinflussen.
- „Aus Fehlern lernt man“ – Beim Erarbeiten und Üben bieten fehlerhafte Arbeitsergebnisse willkommene Lernanlässe und fördern den Erkenntnisgewinn aller Beteiligten.

### **Individualisierung**

- Durch geeignete diagnostische Maßnahmen ermitteln wir Lernstände und Lernvoraussetzungen möglichst präzise, z.B. mit kriteriengeleiteten Beobachtungen, motorischen Tests, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen, diagnostischen Gesprächen (auch zur Einschätzung von Lernhintergründen) und ggf. Förderplänen.
- Darauf aufbauend gestalten wir – im Hinblick auf konkretisierte Lernziele, Lernzeiten und Lernwege – passgenau differenzierte Lernangebote, z.B. in Form von Stationenlernen (um unterschiedliche Lernwege und/oder -zeiten zu ermöglichen), Lerntheken, Einsatz von Hilfekarten, differenzierter GA und ziel- und methodendifferenzierter Partnerarbeit.

### **Selbststeuerung**

- Unsere Schülerinnen und Schülern werden zunehmend in Entscheidungen und die Gestaltung ihrer Lernprozesse eingebunden. Sie sollen ihre konkreten (Teil-) Lernziele sowie individuell sinnvolle Lernwege und Lernzeiten angemessen mitbestimmen und nutzen.
- Wir vermitteln unseren Schülerinnen und Schülern geeignete Lernstrategien, die sie im Wissen um ihre eigenen Stärken systematisch für ihr Lernen nutzen und weiterentwickeln.
- Wir entwickeln gemeinsam Kriterien und bieten geeignete Diagnoseinstrumente, damit unsere Schülerinnen und Schülern ihren Lernstand und ihren Lernerfolg selbständig erkennen können.

### **Problemorientierung**

- Unser Sportunterricht ist geprägt von der Auseinandersetzung unserer Schülerinnen und Schülern mit sinnhaften und herausfordernden Problem- oder Fragestellungen, deren Ausgangspunkt sich an der Lebenswelt der Schülerinnen und Schülern orientiert.

- Die damit verbundenen sportlichen Anforderungen sind möglichst passgenau und sachgerecht, d.h. sie sind überschaubar und bewältigbar, stellen aber dennoch eine Herausforderung dar.
- Der Aufforderungscharakter der Aufgabe motiviert die Schülerinnen und Schülern oder macht sie neugierig, weil sie darin Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer eigenen Bewegungspraxis erkennen können.

Sportunterricht hat das Ziel, eine umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport systematisch zu entwickeln und zu fördern. Die vor diesem Hintergrund im Kernlehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen stellen die beobachtbaren fachlichen Anforderungen und überprüfbaren Lernergebnisse dar, die im Sportunterricht unserer Schule vollständig und umfassend angebahnt und entwickelt werden.

Pädagogisch leitend ist für die Fachkonferenz dabei der in den Rahmenvorgaben für den Schulsport formulierte **Doppelauftrag für den Schulsport**: Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.

Auf Basis der pädagogischen Perspektiven folgen wir somit den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts.



### **Mehrperspektivität**

Unter den sechs Pädagogischen Perspektiven thematisieren wir in unserem Sportunterricht unterschiedliche Sinngewinnungen sportlicher Aktivitäten.

Wir bieten unseren Schülerinnen und Schülern in unserem Sportunterricht vielfältige Möglichkeiten, ...

- unterschiedliche Sinngewinnungen im sportlichen Handeln über die Pädagogischen Perspektiven zu erleben, damit sie unterschiedliche Zugänge zu sportlichem Handeln reflektieren und auch mögliche Ambivalenzen erkennen und deuten können,
- unterschiedliche oder auch konkurrierende Blickrichtungen auf ein und denselben Sportbereich (z.B. Inhaltsfeld Gesundheit und/oder Leistung im Bereich Ausdauer) zu erleben, damit sie

erfahren und reflektieren können, wie das Erleben von Bewegung, Spiel und Sport durch unterschiedliche Sinngestaltungen und Zielsetzungen verändert werden kann,

- die in sportlichen Tätigkeiten liegenden Ambivalenzen (z.B. Körperbilder, Fitnessideale) zu thematisieren, damit mögliche Widersprüchlichkeiten zwischen der Sinn-Suche der Heranwachsenden und der Zielvorstellung der Lehrerinnen und Lehrer, zwischen Gegenwartserfüllung und Zukunftsorientierung reflektiert und bewusst werden können und
- Bewegungsfreude im sportlichen Handeln zu erfahren, damit sportliche Aktivität vielfältig positiv erlebt und sinnerfülltes Sporttreiben als Möglichkeit zur Steigerung der eigenen Lebensqualität und des eigenen Wohlbefindens – auch über die Schulzeit hinaus – nachhaltig angebahnt werden kann.

### **Reflexion**

Unser Sportunterricht strebt einen möglichst hohen Anteil aktiver Bewegungslernzeit an. Dies impliziert zahlreiche und vielfältige Situationen, ...

- Bewegungserleben zu reflektieren, damit Bewegungserfahrungen – im Sinne reflektierter Praxis – ausgetauscht, bewusst gemacht und systematisch aufgearbeitet werden können,
- sowohl retrospektiv – nachdenkend auf sportliches Handeln zurückzuschauend – als auch prospektiv – vordenkend sportliches Handeln entwerfend – oder auch introspektiv – mitdenkend eine aktuell erlebte Praxis aufmerksam bewusst machend – damit das „Reflektieren“ und das „Praktizieren“ stets eng miteinander verbunden sind,
- fachliche Kenntnisse und Zusammenhänge im konkret erlebten Bewegungshandeln zu entdecken, dorthin wieder zurückzuführen und für die eigene Bewegungspraxis zu nutzen, damit die sportliche Handlungsfähigkeit systematisch und gezielt entwickelt werden kann und
- im konkret erlebten sportlichen Handeln entstandene Lernanlässe oder Frage- und Problemstellungen zu thematisieren, damit Schülerinnen und Schülern die erfahrene Sportwirklichkeit deuten können und auch erkennen, dass die Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur veränderbar ist, d. h. auch grundsätzlich anders sein und gestaltet werden kann.

### **Partizipation und Verständigung**

Grundlegend für unseren Sportunterricht ist die umfassende und gleichberechtigte Teilhabe aller Schülerinnen und Schülern unserer Schule.

Dabei ist uns sehr wichtig, dass ...

- wir ausgehend von den vielfältigen, individuellen Dispositionen und Vorerfahrungen, unterschiedliche und differenzierte Bewegungs- und Lernangebote für alle Schülerinnen und Schülern gestalten, damit sowohl sportlich leistungsstärkere als auch leistungsschwächere, bewegungsfreudige als auch eher bewegungsunwillige Schülerinnen und Schülern gemäß ihrer individuellen Potentiale gefördert werden können,
- wir die Vorgaben des Lehrplans und unsere Leistungserwartungen mit den Vorstellungen und Erwartungen unserer Schülerinnen und Schülern im Rahmen unseres Gestaltungsspielraumes transparent zusammenführen, damit Unterricht zielorientiert geplant und gemeinschaftlich inszeniert werden kann und
- wir Anforderungen und Aufgabenstellungen mit kooperativen Arbeitsformen verbinden, damit Schülerinnen und Schülern viel Raum zum selbstständigen und selbstgesteuerten Arbeiten finden können.



Die Fachkonferenz Sport hat sich im Sinne der Qualitätsentwicklung und -sicherung dazu entschieden, gemeinsam erarbeitete grundlegende didaktische und methodische Entscheidungen sowie die Vereinbarungen zur Leistungsbewertung zu jedem Unterrichtsvorhaben auf den Rückseiten der UV-Karten darzustellen.

## 4.0 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Vergleiche Leistungskonzept des Faches Sport-AGs

## 5.0 Lehr- und Lernmitteln

Für das Fach Sport sind in der Sekundarstufe I keine verbindlichen Lehr- und Lernmittel vorgesehen. Bei der Durchführung der einzelnen Unterrichtsvorhaben können die eingesetzten Arbeitsmaterialien (z.B. digitale und analoge Medien, Arbeitsblätter, Diagnose- und Beobachtungsbögen, Leistungstabellen) jeweils in den digitalen Lernräumen bereitgestellt werden.

Unterstützende Materialien für Lehrkräfte sind zum Beispiel bei den konkretisierten Unterrichtsvorhaben im Lehrplannavigator NRW unter dem folgenden Link zu finden:

Darüber hinaus werden z.B. für die Erstellung von Referaten und Hausarbeiten weitere Materialien (Fach- und Schulbücher, Zeitschriften) in der Schulbibliothek im Selbstlernzentrum (SLZ) bereitgestellt.