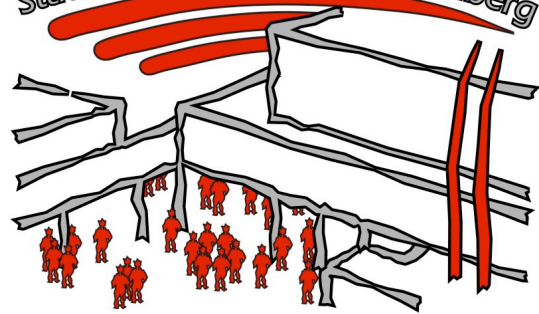




Städt. Gymnasium Schmalleberg



Fachschaft Sport

Gesamtlehrplan Sekundarstufe I
(Stand 2013)

Städtisches Gymnasium Schmalleberg

Obringhauser Straße 38
57392 Schmalleberg

Jahrgangsstufe 5 - Obligatorik: 77 Stunden / Freiraum: 43 Stunden

1. „Wasser hat Balken“ – Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen
2. „Sicher und ausdauernd“ – Wir erlernen das Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende
3. Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen
4. Sich zusammen und gegeneinander anstrengen und dabei Spaß haben – Schnelligkeits- und ausdauerorientierte Laufspiele und deren Belastungssituationen erkennen und verstehen
5. Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können
6. „Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen“ – Rollen, auf Händen stehen, Rad; Erproben und Erlernen grundlegender Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten (Sprunghügel, Kasten, Bock, T-Bock)
7. Alle spielen mit – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren
8. Der Körper als Ausdrucksquelle – Eine Einführung in das Bewegungstheater
9. Weitwerfen ... gar nicht so schwer! Werfen in vielen Varianten, inkl. Schlagballtechnik und ihre Leistungsvermittlung / So schnell wie möglich 50m laufen! Technik des Sprints inkl. Start

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	4.1	A	4	1	2	1	1,3					
2	4.2	A F	12	2,3,4	2,	1	2,3					2
3	1.1	A F	6	1	1	1	1,2				1,2	
4	1.2	A D	5	1		1	1,2			1,3		
5	1.3	A E	8	2		1	2,3				1,4	
6	5.1	ABC	14	1,2,3,4	1,2	1	1,2,	1,2	1	1		1
7	2.1	E	10	3		1					1,2,3,4	
8	6.1	A B	8	1,2	1	1	1,2	1,2				

Jahrgangsstufe 6 - Obligatorik: 76 Stunden / Freiraum: 44 Stunden

10. Wie komme ich hinüber? Variationen des Weitsprungs inkl. der Weitsprungtechnik
11. Höher, schneller, weiter – Einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen; Ganz schön aus der Puste – 10 Minuten Ausdauer
12. Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a.
13. „Wi(e)der die Schwerkraft!“ – Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter-, auf- und um-schwingen; Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebebalken
14. Handgeräte als gestalterischer Impuls - Mit Ball, Reifen oder Gymnastikball eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren
15. Wir lernen sicher mit Ball und Schläger umzugehen – Spielen mit VH und RH, Aufschlag, Regelgrundlagen
16. Gedankenreisen – Imaginierende Entspannungstechniken vorbereiten, angeleitet ausführen und verstehen
17. Widerstand leisten und überwinden – Entwickeln und erproben von Zweikampfwettbewerben
18. Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball – Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball
19. Vielfältige Herausforderungen mit dem Fahrrad oder Inlinern eingehen – Hindernisse und Parcours sicher überwinden

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
10	3.2	ADE	4	1	2	1	1,2			1,3	1	
11	3.3	D	6	4	1, 2	1	1		1, 2	3		
12	2.2	E	8	1, 2	1						1, 2	
13	5.2	A B	12	2, 3	1, 2	1	1	1	3			
14	6.2	A B	8	1, 2	1, 2	1	1, 2	1, 2				
15	7.1	A E	12	1, 2, 3	1, 2	1	1, 2, 3				1, 3	
16	1.4	A F	5	3			1					2
17	9.1	C E	6	1,2	1,2	1			1,2,3		1,2,3	
18	7.2	A E	5	2,3,4	2	1	1,2				1,3,4	
19	8.1	C	10	1,2	1	1			2,3			

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

Jahrgangsstufe 7 - Obligatorik: 80 Stunden / Freiraum: 40 Stunden

20. „Ich will schneller und eleganter schwimmen“ – Erlernen des Kraulschwimmens
21. Wie wir uns retten können – Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brust- und Rückenlage
22. Ich kann pritschen und baggern – Die Volleyball-Grundtechniken des oberen und unteren Zuspies lernen und verstehen sowie im 3 mit / gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregeln anwenden
23. Das Spiel mit dem Gleichgewicht – Waveboards, Rollbretter, Skateboards, o.ä. vielfältig, kreativ und spielerisch nutzen
24. Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping – Kunststücke mit dem Seil erarbeiten, erproben und präsentieren
25. Ein unbekanntes Spiel entdecken – Technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten z.B. im Hockey, Handball, o.a.
26. „Akrobaten entwickeln Kunststücke“ – Jonglieren, Einüben einer Gruppengestaltung
27. Das habe ich noch nie gemacht – Kennenlernen einer neuen leichtathletischen Disziplin: Hochsprung

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
20	4.3	A	8	2			3					3
21	4.4	D F	10	1,3,4	1	1				1,3		1
22	7.3	A E	12	1,3	1,2,3	1,2	1,2,3				1,2	
23	8.2	A	10	1	1	1,2	1					
24	6.3	B F	10	1,2,3	1	2		1,2				2,3
25	2.3	E	10	1	1						1,2	
26	5.3	B C	8	3	1,2	2		1,3			1	3
27	3.4	A D	12	2	2	1	1,2,3			3	1	

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

Jahrgangsstufe 8 - Obligatorik: 77 Stunden / Freiraum: 43 Stunden

28. Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbstständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen
29. Das habe ich noch nie gemacht – Kugelstoßen als neue leichtathletische Disziplin
30. Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten
31. Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball ins Spiel bringen mit dem Unterhandaufschlag, funktionell baggern als Annahme, funktionell pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball nutzen
32. Projekt Wintersport – Eine neue Sportart in ungewohntem Gelände exemplarisch erproben
33. Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle und Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform
34. Wir spielen mit- und gegeneinander – Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten
35. "Nur Fliegen ist schöner": Herausforderung Minitrampolin (Sprunghügel, Luftrolle → Salto vw.)
36. Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Kraftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
28	1.5	A	5	1	1	2	1, 2					
29	3.5	A D	8	2	2	1	1,2,3			1,3		
30	3.6	D E	6	4	1	1			1,2	3		
31	7.4	A E	10	1,2	3	2	1,2				1,2,3	
32	8.3	A	6	1,2			2					
33	6.4	BEF	12	1,2,4	1	1		1,2,3			1,2	3
34	7.5	A E	12	1,2,3	1,2,3	1,2	2,3,				1,4	
35	5.4	B C	8	2, 4	1, 3	1	2		1, 3		1	
36	1.6	D F	10	2	2	1	1,2			1,2,3	1,2,3	

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

Jahrgangsstufe 9 - Obligatorik: 79 Stunden / Freiraum: 41 Stunden

37. Puls, innerer Schweinehund und Superkompensation – Das Training des ausdauernden Laufens am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs durchführen und durchschauen
38. Fit und gesund – Ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs
39. Locker werden, zur Ruhe kommen, das innerer Gleichgewicht finden – Komplexe Entspannungsmethoden im Hinblick auf Atmung und Muskelspannung planen, durchführen und einordnen
40. Wie spielt man eigentlich woanders? – Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a.
41. „Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegten finden“ – eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher turnen können
42. Angriff ist die beste Verteidigung – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff, Angriffsschläge, v.a. Smash
43. Einen Schritt weiter → Die Step-Aerobic – Eine in Gruppen erarbeitete Choreografie nach gemeinsam erstellten Kriterien präsentieren und bewerten
44. Angriffe im Volleyball vorbereiten, ausführen und abwehren – In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen, nach einem genauen Zuspiel spielen und mit dem Abwehrbagger verteidigen
45. Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfs einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben und anwenden

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
37	1.7	A F	5	2	2	1,2				1,2,3		1,2,3
38	3.7	ADF	5	3	2	1	1			2,3		2,3
39	1.8	A F	5	3		1,2	1,2					2
40	2.4	E	8	2,3		1					1,2	
41	5.5	B D	12	1,3	1,2,	2		1,3	3			
42	7.6	A D	12	1,2	1,2	1	2			1		
43	6.5	B E	12	1,2,3,4	1	1		1,2			1,2	
44	7.7	A E	10	1,2	1,2,3	1	1,2,3				1,3	
45	9.2	CEF	10	1,2	1,2	1,2			1,2		1	1,2

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

Bewegungsfeld 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (48 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

3. Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen
4. Sich zusammen und gegeneinander anstrengen und dabei Spaß haben – Schnelligkeits- und ausdauerorientierte Laufspiele spielen und deren Belastungssituationen erkennen und verstehen
5. Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können

Jahrgangsstufen 7-9

16. Gedankenreisen – Imaginierende Entspannungstechniken vorbereiten, angeleitet ausführen und verstehen
28. Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen
36. Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Kraftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen
37. Puls, innerer Schweinehund und Superkompensation – Das Training des ausdauernden Laufens am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs durchführen und durchschauen
39. Locker werden, zur Ruhe kommen, das innere Gleichgewicht finden – Komplexe Entspannungsmethoden im Hinblick auf Atmung und Muskelspannung planen, durchführen und einordnen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
3	1.1	A F	5	1	1	1	1,2					1,2
4	1.2	A D	5	1		1	1,2			1,3		
5	1.3	A E	8	2		1	2,3				1,4	
16	1.4	A F	5	3			1					2
Ende Jahrgangsstufe 9												
28	1.5	A	5	1	1	2	1, 2					
36	1.6	D F	10	2	2	1,2				1,2,3		1,2,3
37	1.7	A F	5	2	2	1,2				1,2,3		1,2,3
39	1.8	A F	5	3		1,2	1,2					2

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

Bewegungsfeld 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (36 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

7. Alle spielen mit – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren

12. Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a.

Jahrgangsstufen 7-9

25. Ein unbekanntes Spiel entdecken – technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten z.B. im Hockey, Handball, o.a.

40. Wie spielt man eigentlich woanders? – Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee o.a.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6:												
7	2.1	E	10	3		1					1, 2, 3, 4	
12	2.2	E	8	1, 2	1						1, 2	
Ende Jahrgangsstufe 9:												
25	2.3	E	10	1	1						1, 2	
40	2.4	E	8	2, 3		1					1, 2	

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

Bewegungsfeld 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (47 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

9. Weitwerfen...gar nicht so schwer! Werfen in vielen Variationen, inkl. Schlagballtechnik und ihre Leistungsermittlung./So schnell wie möglich 50 m laufen! Technik des Sprints inkl. Start.
10. Wie komme ich hinüber? Variationen des Weitspringens inkl. Weitsprungtechnik.
11. Höher, schneller, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen/Ganz schön aus der Puste – ausdauerndes Laufen bis zu 10 Minuten.

Jahrgangsstufen 7 – 9

27. Das habe ich noch nie gemacht – Hochsprung als eine neue leichtathletische Disziplin.
29. Das habe ich noch nie gemacht – Kugelstoßen als eine neue leichtathletische Disziplin.
30. Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten.
38. Fit und gesund – ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
10	3.2	ADE	4	1,2	2	2	1,2			1,3	1	
11	3.3	DEF	6	1,2	1,2	1,2	1		1,2	1,2	4	2
Ende Jahrgangsstufe 9												
27	3.4	AD	12	2	2	1	1,2,3			3	1	
29	3.5	AD	4	1,2	2	1	1,2,3			1,3		
30	3.6	DE	6	4	1	1			1,2	2	1	
38	3.7	ADF	5	3	2	1	1,2			1,2		2,3

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

Bewegungsfeld 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen (34 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

1. „Wasser hat Balken“ – Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen
2. „Sicher und ausdauernd“ – Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende

Jahrgangsstufen 7 – 9

20. „Ich will schneller und eleganter schwimmen“ – Erlernen des Kraulschwimmens
21. „Wie wir uns retten können“ – Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brust- und Rückenlage

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
1	4.1	A	4	1	2	1	1, 3					
2	4.2	A F	12	2, 3, 4	2	1	2, 3					
Ende Jahrgangsstufe 9												
20	4.3	A	8	2			3					3
21	4.4	D F	10	1, 3, 4	1		1			1, 3		1

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

Bewegungsfeld 5: Bewegen an Geräten – Turnen (54 Std.)

Jahrgangsstufen 5/6

6. „Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen“ – Rollen, auf Händen stehen, Rad; Erproben und Erlernen grundlegender Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten
13. „Wi(e)der die Schwerkraft!“ – Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter, auf- und umschwingen; Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebbalken

Jahrgangsstufen 7 - 9

26. „Akrobaten entwickeln Kunststücke“ – Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer Gruppengestaltung
35. „Nur Fliegen ist schöner“ – Herausforderung Minitrampolin (Sprunghügel, Luftrolle → Salto vw.)
41. „Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegen finden“ – Eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher turnen können

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
6	5.1	A C	14	1, 2, 3, 4	1, 2	1	1, 2, 3		1, 2			
13	5.2	B A	12	2, 3	1, 2	1	1, 2	1				
Ende Jahrgangsstufe 9												
26	5.3	B A	8	3	1, 2, 3	2	1, 2, 3	1, 2				
35	5.4	C A	8	2, 4	1, 3	1	1, 2		1, 3			
41	5.5	A F	12	1, 2, 3	1, 2	2		1, 2, 3				1

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

Bewegungsfeld 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (50 Std.)

Jahrgangsstufen 5/6

- 8. Der Körper als Ausdrucksquelle – eine Einführung in das Bewegungstheater
- 14. Handgeräte als gestalterischer Impuls – mit Ball, Reifen oder Gymnastikband eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren

Jahrgangsstufen 7 - 9

- 24. Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping – Kunststücke mit dem Seil erarbeiten, erproben und präsentieren
- 33. Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle & Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform
- 43. Einen Schritt weiter → Die Step–Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie nach gemeinsam erstellten Kriterien präsentieren und bewerten

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
8	6.1	AB	8	1, 2	1, 2	1	1, 2	1, 2				
14	6.2	AB	8	1, 2	1, 2	1	1, 2	1, 2				
Ende Jahrgangsstufe 9												
24	6.3	BF	10	1, 2, 3	1	1, 2		1, 2				2, 3
33	6.4	BEF	12	1, 2, 4	1	1		1, 2, 3			1, 2	3
43	6.5	BE	12	1, 2, 3, 4	1	1		1, 2			1, 2	

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

Bewegungsfeld 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

(71 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

15. Wir lernen sicher mit Ball und Schläger umzugehen – Spielen mit VH und RH, Aufschlag als UH- Clear, Regelgrundlagen
18. Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball – Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball

Jahrgangsstufen 7 – 9

22. Ich kann pritschen und baggern. – Die Volleyball-Grundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregeln anwenden
31. Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball ins Spiel bringen mit dem Unterhandaufschlag, funktionell baggern als Annahme, funktionell pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball nutzen
34. Wir spielen mit- und gegeneinander - Überkopfschläge (Clear, Drop, Smash) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten
42. Angriff ist die beste Verteidigung – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff; Angriffsschläge
44. Angriffe im Volleyball vorbereiten, ausführen und abwehren – In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen, nach einem genauen Zuspiel spielen und mit dem Abwehrbagger verteidigen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
15	7.1	A E	12	1, 2, 3	1, 2	1	1, 2, 3				1, 3	
18	7.2	E A	5	2, 3, 4	2	1	1, 2				1, 2, 3	
Ende Jahrgangsstufe 9												
22	7.3	A E	10	1, 3	1, 2, 3	1, 2	1, 2, 3				1, 2	
31	7.4	A E	10	1, 2	1, 3	1, 2	1, 2				1, 2, 3	
34	7.5	E A	12	1, 2, 3	1, 2, 3	1, 2	2, 3				1, 4	
42	7.6	A D	12	1, 2	1, 2	1	2			1		
44	7.7	A E	10	1, 2	1, 2, 3	1	1, 2, 3				1, 2	

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

Bewegungsfeld 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport (26 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

19. Vielfältige Herausforderungen mit dem Fahrrad / Inlinern eingehen – Hindernisse und Parcours sicher überwinden

Jahrgangsstufen 7 - 9

23. Das Spiel mit dem Gleichgewicht - Waveboards, Rollbretter, Skateboards, o.ä. vielfältig, kreativ und spielerisch nutzen
32. Projekt Wintersport – ein neue Sportart in ungewohntem Gelände exemplarisch erproben

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
19	8.1	C	10	1, 2	1	1			2, 3			
Ende Jahrgangsstufe 9												
23	8.2	A	10	1	1	1, 2	1					
32	8.3	A	6	1, 2			2					

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

Bewegungsfeld 9: Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport (16 Stunden)

Jahrgangsstufen 5/6

17. Widerstand leisten und überwinden – entwickeln und erproben von Zweikampfwettbewerben.

Jahrgangsstufen 7 - 9

45. Sich auf eine normierte Form des Zweikampfes einlassen. Ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken in einem reglementierten Rahmen üben und anwenden.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
17	9.1	C E	6	1, 2	1, 2	1			1, 2, 3		1, 2	
Ende Jahrgangsstufe 9												
45	9.2	CEF	10	1, 2	1	1			1, 2		1	1, 2

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

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A F</i>	<i>5</i>	<i>5</i>		<i>3</i>

Körpersignale wahrnehmen und nutzen - Sich sachgerecht aufwärmen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern (1)*

Methodenkompetenz:

- *allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden (1)*

Urteilskompetenz:

- *ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise - auch mit Blick auf Eigenverantwortung - beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, f1, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Gesundheit

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)

BF1 – Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Thema des UV (1.3): „Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele zur Einstimmung auf das Unterrichtsthema • Aufwärmen mit unterschiedlichen Geräten (z.B. Seilchen, Bälle, Reifen, Bänke, kleine Kästen) ◦ Systematisierung des Aufwärmens (sportartspezifisch) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ruhepuls - Belastungspuls • Anstieg von Reaktions - und Kontraktions geschwindigkeit • Herzfrequenz • Atmung • Motivation • Verletzungsgefahr 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielerischer Einstieg in das Stundenthema • Anhand eines Kleingerätes die Prinzipien des Aufwärmens aufzeigen • Einschätzen des Pulsschlages vor Belastung und dessen Überprüfung • Gestaltung 10-minütiger Aufwärmphasen durch Schüler und deren Beurteilung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erklären • Unterrichtsgespräch • Partner-/Gruppenarbeit • Korrigieren 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsdrang befriedigen • Erhöhung der Leistungsbereitschaft • Organismus auf Belastung umstellen • Herz-Kreislaufsystem an Belastung anpassen • Durchblutung der Muskulatur • Belastbarkeit des Bewegungsapparates verbessern • Bänder und Gelenke vorbereiten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stretching 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sachgerechtes Aufwärmen allein und in der Gruppe <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Funktion und Grundsätze des Aufwärmens benennen und anwenden können - Körperreaktionen nach Aufwärmen wahrnehmen, einschätzen und beurteilen können - Eigenverantwortlicher Einsatz im Aufwärmprozess - geeignete Stretchingübungen kennen und funktionell anwenden <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - selbstständige Durchführung eines Teilbereichs der Aufwärmung oder, zunächst angeleitet, der allgemeinen und speziellen Aufwärmung

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A D</i>	<i>5</i>	<i>5</i>		<i>4</i>

Sich zusammen und gegeneinander anstrengen und dabei Spaß haben – Schnelligkeits- und ausdauerorientierte Laufspiele spielen und deren Belastungssituationen erkennen und verstehen

Kompetenzerwartungen: BWK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben (2)*

Urteilskompetenz:

- *ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, d1, d3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (1)*

Leistung

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)*

- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

BF1 - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Thema des UV (1.4): „Sich zusammen und gegeneinander anstrengen und dabei Spaß haben - Schnelligkeits- und ausdauerorientierte Laufspiele spielen und deren Belastungssituationen erkennen und verstehen“ (5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schnelligkeit und Ausdauer beanspruchte Laufspiele • Verstehen der jeweiligen Belastungsform <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielregeln • Unterscheidung von Schnelligkeit und Ausdauer • Belastungsreaktionen 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Ausführen verschiedener Laufspiele • Auswertung des Laufspiels im Hinblick auf Belastungserfahrungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lehrerinfo • Schülerinfo • Gruppenarbeit • Unterrichtsgespräch 	<p>Gegenstände</p> <p>Unterschiedliche Spiele, z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Staffelläufe • Kettenfangen • „Habicht und Henne“ <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbegrenzende Faktoren für das Spiel 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Angemessene Einschätzung der jeweiligen Belastungssituation

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A E</i>	<i>5</i>	<i>8</i>		<i>5</i>

Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können

Kompetenzerwartungen: BWK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben (2)*

Urteilskompetenz:

- *ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise - auch mit Blick auf Eigenverantwortung - beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, e1, e4

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (2)
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (3)

BF1 - Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Thema des UV (1.5): „Ballschule - koordiniert mit dem Ball umgehen können“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kontrolle des Balles: Werfen, Fangen, Führen, Dribbeln • koordinative Anforderungen, z.B. Dribbeln mit Zusatzaufgabe, Hand- Schläger (TT) - Ball - Koordination • Partnergerecht Zuwerfen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dribbling, Timing • Schlägerhaltung, VH, RH • Ballkontrolle wichtiger als Tempo • Passen in verschiedenen Höhen 	<ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges Ballmaterial: Tennis-, Fuß-, Hand-, Basketbälle • beidseitige Schulung und Anforderungen • viele EÜ! • PÜ, GÜ zum Passen und Fangen, auch in der Bewegung • Dribbling im Parcours, in der Staffel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren • Üf. nach L.info und ggf. SS./ L.demo 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Werfen und Fangen in Variationen mit dem Tennisball • PÜ, GÜ zum Passen und Fangen, auch in Wettkampfform • Dribbling mit Fuß-, Hand- und Basketbällen • <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Blickkontakt und „Hände zeigen“ als Verständigung beim Passen und Fangen • Innenseite, Außenseite, Sohle zur Führung des Balles • tiefes (defensives) und hohes Dribbling, z.B. in Staffeln; lockeres Handgelenk • W- Form der Hände beim Fangen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheit bei der Ballkontrolle <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - wenig Ballverluste und partnergerechtes Zuspiel <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration sicherer Ballbeherrschung

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A F</i>	<i>6</i>	<i>5</i>		<i>16</i>

Gedankenreisen – Imaginierende Entspannungstechniken vorbereiten, angeleitet ausführen und verstehen

Kompetenzerwartungen: BWK 3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben (3)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Gesundheit

- *grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)*

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV (1.16): „Gedankenreisen - Imaginierende Entspannungstechniken vorbereiten, angeleitet ausführen und verstehen“ (5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewährte Entspannungstechniken angeleitet ausführen sowie Aufbau und Funktion beschreiben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entspannung, Entspannungshaltungen im Stehen, Sitzen und Liegen • Stress, Angst • Atemübungen 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren verschiedener bewährter Entspannungstechniken wie z.B. Autogenes Training und Meditation <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren bewährter Entspannungsverfahren 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterschiedliche Formen der Entspannung • Entspannungstechniken vor oder nach belastenden Situationen sowie zur gezielten Förderung der Konzentration und Aufmerksamkeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit • Blutdruck • Atmung • Durchblutung von Organen (Gehirn und Herz) 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • benennen des Aufbaus und der Funktion einer Entspannungstechnik

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	F	8	5		28

Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein - Das Aufwärmen begreifen sowie selbständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *sich selbstständig funktional - allgemein und sportartsspezifisch - aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (1)*

Methodenkompetenz:

- *einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)*

Urteilskompetenz:

- *gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: f1, f2

Gesundheit

- ***Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)***
- ***grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)***

BF1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV 1.28: „Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbstständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen“ (5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmen in seiner Funktionalität erproben, erlernen und reflektieren • ein Aufwärmprogramm für die Klasse vorbereiten und bewerten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines Aufwärmen • spezielles Aufwärmen • Dehn-, Kräftigungs- und Lockerungsgymnastik 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionalität des Aufwärmens erfahren • subjektive Signale des Aufgewärmtseins erfahren • selbständig in Gruppen ein Aufwärmen vorbereiten • Aufwärmen beobachten und bewerten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Messung von Körperparametern , z.B. Puls, Atmung • Beobachtungsbogen • Leitungsfunktionen übernehmen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formen des allgemeinen Aufwärmens, z.B. Lauf-ABC, mit Kleingeräten, Musik, spielerisch • Spezielles Aufwärmen in Abhängigkeit vom Hauptteil • Prinzipien und Formen von gymnastischen Übungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines, spezielles Aufwärmen, Lauf-ABC • Stretchen, Lockern, Kräftigen • Belastungsvorbereitung, -verträglichkeit, Prophylaxe • Grundbegriffe zum Herz-Kreis-Laufsystem und der Muskelphysiologie 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich bewusst und gezielt aufwärmen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – konzentriertes und den Funktionen entsprechendes persönliches Aufwärmen – Beiträge zur Reflexion des Aufwärmens <p>punktuell:</p> <p>ein Aufwärmprogramm vorbereiten und durchführen</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Umfang, Intensität, Aufbau, Inhalts- und Zielgruppenorientierung sowie Motivierung

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.6	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	DF	8	10		36

Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Kraftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen

Kompetenzerwartungen: BWK 2, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)

Methodenkompetenz:

- 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 (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Urteilskompetenz:

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (1)
- gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (2)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2, d3, f1, f2, f3

Leistung

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)
- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Gesundheit

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)
- grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)
- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

BF1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV 1.36: „Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Kraftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • fitnessorientiertes Krafttraining kennenlernen, durchführen und verstehen • die Kraftfähigkeiten testen und individuell verbessern <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kondition → Kraft (Schnellkraft, Maximalkraft und Kraftausdauer statische bzw. dynamische Kraft) • Fitness • Gesundheitsorientierung 	<ul style="list-style-type: none"> • Krafttest • angeleitetes Training durch SuS bzw. L • Kraftcircuit • Stationentraining <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainieren • Testen • Zirkeltraining 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kräftigen ohne Geräte/ mit dem eigenen Körpergewicht • Kräftigen mit Geräten, z.B. Bällen, kleine Sprungkästen • Kräftigen mit Hallengeräten als Fitnessgeräte • Kräftigen mit Partner <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Liegestütz, Crunch, Unterarmstütz, Kniebeuge ... • zentrale Muskelgruppen, z.B. Kniestrecker, Fußstrecker, Hüftbeuger, Armstrecker ... • Grundlagen der Muskelanatomie und -physiologie → Wirkung des KT • Grundlagen zur Belastungssteuerung, z.B. Wiederholung, Satz, Serie, Pause, Intensität, Tempo, Bewegungskontrolle 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Beiträge zu UG <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sachrichtigkeit – Motivation/ Einlassen auf die Trainingssituation <p>punktuell:</p> <p>KT in GA vorbereiten (und evtl. durchführen)</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Sach- und Methodenkompetenz

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.7	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	DF	9	5		37

Puls, innerer Schweinehund und Superkompensation – Das Training des ausdauernden Laufens am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs durchführen und durchschauen

Kompetenzerwartungen: BWK 2, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)*

Methodenkompetenz:

- *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 (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen*

Urteilskompetenz:

- *ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (1)*
- *gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d1, d2, d3, f1, f2, f3

Leistung

- *Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)*
- *Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)*
- *differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)*

Gesundheit

- *Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)*
- *grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)*
- *unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)*

BF 1 Den Körper wahrnehmen - Bewegungsfähigkeiten ausprägen

Thema des UV (1.37): „Puls, innerer Schweinehund und Superkompensation - Das Training des ausdauernden Laufens am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs durchführen und durchschauen“ (ca. 5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle aerobe Belastung wahrnehmen • Laufgeschwindigkeit und Zeit anpassen und verändern - Arten des Trainings <ul style="list-style-type: none"> - 65% Fettverbrennung - 75% Fitnesstraining <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • anaerobe / aerob • Laufen ohne Schnaufen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erstellen und umsetzen eines Läfertagebuches <ul style="list-style-type: none"> - Runden in Zeit - Zeit für Runden - Puls - Zielgerichtetes Training (65% oder 75%) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einzel-/ Partnerarbeit 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stadionrunde, Streckenläufe <p>Unterschiedliche Laufbelastung an verschiedenen Streckenbeispielen z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zeitschätzläufe • Intervallläufe • Crossläufe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Superkompensation • Puls/ Herzfrequenz (max. 220 - Lebensalter) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Durchhaltevermögen <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>punktuell: Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufen ohne Unterbrechung (30 Min.) • Strecke in Zeit: s., Anlage - Tabelle

Bewegungsfeld / Sportbereich 1.8	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A F</i>	<i>9</i>	<i>5</i>		<i>39</i>

Locker werden, zur Ruhe kommen, das innere Gleichgewicht finden - Komplexe Entspannungsmethoden im Hinblick auf Atmung und Muskelspannung planen, durchführen und einordnen

Kompetenzerwartungen: BWK 3, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben (3)*

Urteilskompetenz:

- *ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen - auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung - beurteilen; gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (1)*
- *gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- *Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Gesundheit

- *grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)*

BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen

Thema des UV (1.39): „Locker werden, zur Ruhe kommen, das innere Gleichgewicht finden - Komplexe Entspannungsmethoden im Hinblick auf Atmung und Muskelspannung planen, durchführen und einordnen.“ (ca. 5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entspannungstechniken (z.B. PMR) kennenlernen und erproben. • Name und Position bestimmter Muskelgruppen kennenlernen und separat aktivieren/ deaktivieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Lernen an Stationen • Erproben und durchführen einer bestimmten Entspannungstechnik 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sporthalle • Matten • Bälle 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich auf Unbekanntes einlassen und umsetzen • benennen des Aufbaus und der Funktion einer Entspannungstechnik
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - progressive Muskelrelaxation (PMR) nach Edmund Jacobson 	<p>Fachbegriffe</p>	<p>Fachbegriffe</p>	

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich 2.1</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>E</i>	<i>5</i>	<i>10</i>		<i>7</i>

Alle spielen mit - Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren

Kompetenzerwartungen: BWK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln - orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial - selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)*

Urteilskompetenz:

- + Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2, e3, e4

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)*
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (2.7): „Alle spielen mit – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale eines zielgruppenorientierten Spiels erarbeiten • Reglementierung innerhalb einer Spielform <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelwerk • Teambildung 	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppenarbeit, Großgruppe, Gesamtgruppe: Entwicklung, Absprache und Variation eines Spiels <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und experimentieren 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des gegeneinander Spielens (z.B. Völkerball-, Brennball-Variationen; ebenso denkbar: Materialvorgaben) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feldbegrenzung, Materialeinsatz (Bälle, Tore, Matten, etc.) • Fairness 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übernahme von Verantwortung in Gruppen, Diskussionsbeiträge • kreative Ideen <p>Beobachtungskriterien:</p> <p style="text-align: center;">-</p> <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anwendung des erarbeiteten Regelwerks - individuelle Spielfähigkeit

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich 2.2</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>E</i>	<i>6</i>	<i>8</i>		<i>12</i>

Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden (1)*
- *kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele - auch eigenverantwortlich - fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- *einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2

Kooperation und Konkurrenz

- ***Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)***
- ***soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)***

BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (2.12): „Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern am Beispiel Tischtennis“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlägergewöhung/Schlägerhaltung • Bewegungserfahrungen in freien Spielsituationen • Übungen an der Platte • Spielregeln festlegen und variieren • Doppelturnier • „Rundlauf“ <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Shakehand-Griff/Penholder • Schlägerblattstellungen/ • Zentralschlag/Tangentialschlag Rotation und Flugbahn des Balles • Aufschlag • Vorhand/Rückhand 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spiel-und Übungsformen • Spiele über Hindernisse • Spiele mit veränderter Tischtennisplatte • Reduzierung der Ballkontakte auf der Platte • Bewegungsansage zu Vorhand-Rückhandschlägen • Bewegungsaufgabe Bälle früh, spät, am höchsten Punkt treffen • Bewegungsaufgabe Vorhand-Rückhandschläge mit unterschiedlichen Schlägerblattpositionen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • offenes Lernkonzept • Bewegungsaufgabe • Erproben und Experimentieren • Vorzeigen • Unterrichtsgespräch 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von Erfahrungen, welche Auswirkungen die Position der Schlägerblattstellung und die unterschiedlichen Treffpunktmöglichkeiten des Balles auf die Flugbahn des Balles hat und daraus Schlagtechniken entwickeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Angriffs-, Abweherschläge 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Eigenverantwortliches Spielen • Spielidee nach sinnvollen Kriterien verändern <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration einer Spielvariante

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich 2.3</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	<i>E</i>	<i>7</i>	<i>10</i>		<i>25</i>

Ein unbekanntes Spiel entdecken – technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten z.B. im Ultimate Frisbee, Hockey, Handball, Baseball, o.a.

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)*

Methodenkompetenz:

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) - auch außerhalb der Sporthalle - initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*

BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (2.25): „Ein unbekanntes Spiel entdecken- Technisch- koordinative sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten z.B.im Ultimate Frisbee, Hockey, Handball, Baseball o.a. → hier ausformuliert für Handball“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen, deren technisch-taktische Anforderungen dem Sportspiel Handball ähneln und in einem Hallenteil durchgeführt werden können <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handballregeln (Schritt-, Foulregel, 3 sek.) • Erweiterung technischer Fertigkeiten und taktischer Kenntnisse 	<ul style="list-style-type: none"> • EÜ, PÜ, GÜ → Gezielte Üf. zur Technikschiulung Passen und Fangen • EÜ zum Torwurf • GÜ: Erproben von Spielformen mit reduzierter Anforderung → Variation der Spielform nach Bedarf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen mit ausgegrenzten Technikübungen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Parteiball (Zehnerfang) • Stangentorhandball • Linien- Handball • Kempahandball • Tschoukball • Spielform im Basketballfeld 4:4 +TW <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bodenpass • Frame, Rebound • Wurfkreis 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeobachtung <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technik und Taktik in jeweiliger Spielform - Eigenverantwortliche Durchf. <p>punktuell:</p> <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technik- und Taktikdemonstration in Spielform mit reduzierter Spielerzahl

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich 2.4</i>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</i>	E	9	8		40

Wie spielt man eigentlich woanders? - Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a.

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2)*
- *Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen (3)*

Urteilskompetenz:

- *Bewegungsspiele - auch aus anderen Kulturen - hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: e1, e2

Kooperation und Konkurrenz

- *Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- *soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*

BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Thema des UV (2.40): „Wie spielt man eigentlich woanders? - Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a.“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Phasierung von Bewegungsabläufen • Bewegungsmerkmale beim Schlagen • Reflexion und Variation von Regeln • Merkmale der gewählten Spielform erarbeiten, erläutern und erproben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagtechnik Bewegungsmerkmale • adressatenorientiertes Regelwerk • Bewertungskriterien Baseball-Spiel 	<ul style="list-style-type: none"> • Imitationslernen beim Schlag-erwerb • gruppenteilige Reflexion von Regeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Imitationslernen • GA 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagen eines ruhenden und eines kontrolliert zugeworfenen Balles • taktisches Verhalten beim Baseball <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regeln im Baseball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Entwicklung des eigenen Schlag- und Spielvermögens • Lernbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung Spielsituation Baseball <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - erstellter Kriterienkatalog

Für Ultimate Frisbee gelten die identischen Vorgaben - Schlagen ist durch Passen zu ersetzen.

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>A D E</i>	<i>5</i>	<i>10</i>		<i>9</i>

Weitwerfen...gar nicht so schwer! Werfen in vielen Variationen, inkl. Schlagballtechnik und ihre Leistungsermittlung / So schnell wie möglich 50 m laufen! Technik des Sprints inkl. Start

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 2, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (1)*
- *leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (2)*

Methodenkompetenz:

- *grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- *die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen können (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, d1, d3, e1

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

Leistung

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

Kooperation und Konkurrenz

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

BF3: Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.9): „Weitwerfen... Gar nicht so schwer!/So schnell wie möglich 50 m laufen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen: Zuwerfen, Zielwerfen, weit werfen • Schlagwurf aus dem Stand und nach Anlauf • Koordinationsläufe Sprint • Hochstart <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlagwurf, langer Wurfarm • Impulsschritt, Stemmschritt • Anfersen, Kniehebelauf, Skipping, Sprunglauf • „Druckbeuge“ 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben des geeignetesten Zielwurfes (Dosenwerfen) • Zergliederungsmethode: Standwurf → Wurf aus 3 Anlaufschritten → Wurf nach längerem Anlauf • GÜ: Koordination mit gezielter Korrektur <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ellbogenvorlauf; Stemmschritt • Ballenlauf, Sprintvorlage, Armarbeit 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Werfens • Koordinations-, Steigerungsläufe • Werfen und 50 m sprinten an Wettkampfstätte: Anwenden im Wettkampf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsmessverfahren 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Imitation der kompletten Schlagwurfbewegung • selbstständige Nutzung der Koordinationsläufe in der speziellen Aufwärmung <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sachgerechte Anwendung la. Messverfahren; <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität - Weite, Zeit (Norm: Dt. Sportabz.)

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	A D E	6	4		10

Wie komme ich hinüber? Variationen des Weitspringens inkl. Weitsprungtechnik

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 2, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (1)
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (2)

Methodenkompetenz:

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen können (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, d1, d3, e1

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Leistung

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.10): „Wie komme ich hinüber? Variationen des Weitspringens inkl. Weitsprungtechnik“ (4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schulung des Anlaufrhythmus und des Absprungs • Weiten- und höhenorientierte Sprungübungen • Abenteuersprünge • Technik des Schrittweit - sprungs <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Bewegungsphasen • Steigerungslauf, einbeiniger Absprung, • Schwungbein - Absprungbein • Schrittweitsprung • Absprungzone • Messmodus 	<ul style="list-style-type: none"> • Sprünge über verschiedene Hindernisse; beidbeiniger/einbeiniger Absprung, ohne/mit Anlauf, einbeinige/beidbeinige Landung • Vermittlung unterschiedlicher Flugerlebnisse und Sprungflexibilität • Hinführung zur Weitsprungtechnik • Schrittweitsprung/ Hangweitsprung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgabe • Vormachen/Nachmachen • Bewegungskorrektur • Bewegungsanweisung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Weitspringens erproben: weit springen, hoch springen, weit-hoch springen, • Anlaufschulung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprung ABC 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der Messverfahren • Selbstständige und sachgerechte Aufwärmung <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Messung der erreichten Weite bei sachgerechter Technik

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	DEF	6	10		11

Höher, schneller, weiter - einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen / Ganz schön aus der Puste - ausdauerndes Laufen bis zu 10 Minuten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (1)
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (2)

Methodenkompetenz:

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1)
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen können (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, c1, c2, d1, d2, e4, f2

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)

Leistung

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.11): „Höher, schneller, weiter - einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen / Ganz schön aus der Puste - ausdauerndes Laufen bis zu 10 Minuten“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen, Laufen und Springen • Phasierung von Wurf- und Sprungbewegungen • Bewegungsmerkmale beim Werfen, Springen und Starten • individuelle anaerobe und aerobe Belastungen wahrnehmen, die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • anaerob/ aerob • Bewegungsphasen/merkmale • Lauf-ABC 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen • Beobachtungsbögen • Erproben und Experimentieren • Erstellung einer Übersicht zur Systematisierung des Werfens, Stoßens und Startens <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen • Beobachtungsbögen • Erproben und Experimentieren 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Runden-, Zeit- und Streckenläufe • Staffelläufe • Werfen, Springen und Laufen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen (Relativwettkämpfe, Mehrkämpfe) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination • Lauf-ABC • Methoden zur Leistungssteigerung: Schnelligkeitstraining, Koordinationsübungen ... 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Leistungssituationen • Unterstützung bei Leistungserhebung und Einrichtung und Abbau der Wettkampfanlage <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eine nicht normierte MZA I erbringen: laufen ohne Unterbrechung; indiv. Tempogestaltung <p>punktuell: Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Orientierung an Normen (Bundesjugendspiele, Dt. Sportabzeichen)

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>A D</i>	<i>7</i>	<i>12</i>		<i>27</i>

Das habe ich noch nie gemacht - Hochsprung als eine neue leichtathletische Disziplin

Kompetenzerwartungen: *BWK 2, MK 2, UK 1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (2)*

Methodenkompetenz:

- *selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen (2)*

Urteilskompetenz:

- *die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *a1, a2, a3, d3, e1*

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Leistung

- **differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

Kooperation und Konkurrenz

- **Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.27): „Das habe ich noch nie gemacht- Hochsprung als neue leichtathletische Disziplin“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Springen aus einbeinigem Absprung an selbst gewählte hohe Ziele („jump and reach“) • Schersprung und Wälzer • bogenförmiger Anlauf und Absprung • Standflop • Flop- Technik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anläufe im spitzen Winkel zur Anlage von der Sprungbein- bzw. Schwungbeinseite • Absenkung des KSP als Funktion des bogenförmigen Anlaufs • Erweitern der Bewegungserfahrungen • Erfahren von Zentrifugalkraft und Kurveninnenneigung • Erfahren der Funktion der Schwungbeinführung 	<ul style="list-style-type: none"> • GÜ Improvisieren, Erproben (Sprungkästen, gehaltene Gymnastikstäbe) • EÜ • GÜ im Kreis (r = 7m) • EÜ am „Mattenberg“ • EÜ an Sprunganlage (zunehmende Wettkampfnähe) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben, Experimentieren, Üben • MÜR zum Flop 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vielfältiges Hochspringen • Überspringen einer Sprungleine mit tradierten Techniken • Springen an hohe Ziele (Bb- Korb) nach bogenförmigem Anlauf → beidbeinige Landung nach Längsachsendrehung • Überspringen einer Sprungleine nach beidbeinigem Absprung rücklings • Überspringen einer Sprungleine oder Sprunglatte nach 3, 5 Schritten Anlauf und vollständigem Anlauf <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Absprünge mit lattenferner und lattenaher Sprungbein • Diagonalhochführung des Schwungbeins, Doppelarmschwung • Brückenhaltung, L-Position • Fußaufsatz und Absprungpunkt 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigen der Sprungsituationen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - sicheres Anwenden der Technik - kräftiger Absprung nach flüssigem Anlauf - Absprung zum Flop in Nähe des anlaufseitigen Hochsprungständers - Selbstst. Fehlerkorrektur und Verbesserung <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikdemonstration - Überspringen der Norm für das Dt. Sportabzeichen

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	A D	8	4		29

Das habe ich noch nie gemacht - Kugelstoßen als eine neue leichtathletische Disziplin

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (1)*
- *eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (2)*

Methodenkompetenz:

- *selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen (2)*

Urteilskompetenz:

- *die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3, d1, d3

Bewegungsstrukturen und Bewegungslernen

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Leistung

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

BF3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV 3.29: „Das habe ich noch nie gemacht - Kugelstoßen als neue leichtathletische Disziplin“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • die Bewegungsform Stoßen grundlegende Unterscheidung von Stoß und Wurf • Sicherheitsmaßnahmen • körperliche und konditionelle Voraussetzungen • Leistungsbegriff → Abhängigkeit der Kugelstoßleistung von körperlichen Voraussetzungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stoßen vs. Werfen (Verhältnis Ellbogen-Schulter-Gerät) • relative und absolute Leistung 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihe • Lehrerzentriertes Üben • Partnerbeobachtung • (Videoanalyse) • Reflexion der Technik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • MÜR • Erlernen, Üben • Bildreihe(n), Lehrer-/ Schülerdemonstration • Gassenaufstellung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stöße mit Medizinball und Kugel aus unterschiedlichen Positionen • Kugelhaltung, -gewöhnung • Stöße aus der Frontal- und Seitstellung • Stöße aus variierender Stoßauslage und mit Technikscherpunkten • Angeh- und Angleitübungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beschleunigungsweg, Vorspannung, Nacheinander der Einzelimpulse • Stoßauslage, Standstoß • Auftaktbewegungen/Angleiten • Regelkunde (Sektor, Stoßbalken, Stoßkreis, Messpunkte) • Schnellkraft 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einhalten der Sicherheitsmaßnahmen • Teilnahme am UG • Auf- und Abbau der Stoßanlage • schrittweises Erarbeiten der Bewegungskriterien <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Kenntnis und Anwendung von Bewegungsmerkmalen – Unterstützung unterrichtsbegleitender Maßnahmen <p>punktuell:</p> <p>Technik- und Leistungsüberprüfung Standstoß</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungsqualität – Weite

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.6	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik</i>	<i>CDE</i>	<i>8</i>	<i>6</i>		<i>30</i>

Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten

Kompetenzerwartungen: BWK 4, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf (z.B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen (4)*

Methodenkompetenz:

- *leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)*

Urteilskompetenz:

- *die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c1, c2, d2, e1

Wagnis und Verantwortung

- *Spannung und Risiko (1)*
- *Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)*

Leistung

- *Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)*

Kooperation und Konkurrenz

- *Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*

BF3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV 3.30: „Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl von drei leichtathletischen Disziplinen • selbständiges Üben der gewählten Disziplinen • Leistungsermittlung durch SuS <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Laufen (Sprint, Mittelstrecke) - Springen (Weit-/ Hochsprung) - Werfen (Schlagball, Kugel) • Leichtathletik 	<ul style="list-style-type: none"> • Projektartiges Arbeiten • Disziplinauswahl durch Erproben bzw. Abwägung von persönlichen Stärken • Stationenarbeit (reaktivierend und vertiefend sowie korrigierend) • selbständiges Messen der Leistungen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Üben • disziplinspezifische Regeln zur Leistungsfeststellung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprints (Übungen zum Start, Beschleunigung, maximale Schnelligkeit, Zieleinlauf) • Mittelstrecke (Übungen zum Start, Technik, Taktik) • Schlagball (Übungen zum Anlauf, Wurfauslage, Abwurf) • Hochsprung (Übungen zum Anlauf, Absprung, Lattenüberquerung, Landung) • Weitsprung (Übungen zum Anlauf, Absprung, Flug, Landung) • Kugelstoßen (Übungen zum Angleiten, Stoßauslage, Abstoß) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikmerkmale der einzelnen Techniken 	<p>prozessbegleitend/ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zielführendes selbständiges Üben unter Beachtung der Materialien • gegenseitiges Helfen • Einlassen auf die Projektsituation <p>punktuell: Leistungsmessung Beobachtungskriterium: – Leistungen nach Normtabellen</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 3.7	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	A D F	9	5		38

Fit und gesund - ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- beim Laufen eine Langzeitausdauerleistung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben (3)

Methodenkompetenz:

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z.B. tabellarisch, grafisch) erfassen (2)

Urteilskompetenz:

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c1, c2, d2, e1

Wagnis und Verantwortung

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)

Leistung

- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)

Kooperation und Konkurrenz

- Mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)

BF 3 Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik

Thema des UV (3.38): „Fit und gesund - ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs“ (ca. 5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle anaerobe Schwelle wahrnehmen • Ausdauerstestverfahren kennenlernen und erproben • Belastungsparameter bestimmen (optional: graphisch auswerten) • Entwicklung eines individuellen Trainingsprogramms zur Leistungsverbesserung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anaerobe Schwelle - Ermüdungswiderstandsfähigkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Individualisiertes Training nach eigenen Möglichkeiten • Individuelle Durchführung eines Ausdauertrainings <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerarbeit • Trainingsprotokoll • Erproben, experimentieren 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stadionrunde, Streckenläufe • Staffeln/ Tempoläufe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooper Test • Intervalltraining, ... 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchlaufen eines angepassten Trainingsprogramms • Durchhaltevermögen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Trainingsintensität <p>punktuell: Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cooper-Test • Strecke in 30 min. (5km als „Norm“ für 1 oder 2?)

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	A	5	4		1

„Wasser hat Balken“ - Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✚ *das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)*

Methodenkompetenz:

- ✚ *Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen:

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV (4.1): „Wasser hat Balken - Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen“ (4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche „Wer kann...?“ Aufgaben zum Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen • Baderegeln • Erfahren wichtiger Grundlagen des Schwimmens 	<ul style="list-style-type: none"> • „Wer kann...?“ - Aufgaben zur Motivation der Lerngruppe und Sichtung des Könnens • Erfahren des Auftriebs im vollgeatmeten Zustand: Schweben der Hockqualle • Erproben der Ausatmung ins Wasser und Erfahren des „Sinkens“ 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Experimente mit der „Hockqualle“: Schweben, Sinken, Bewegen • unterschiedliche Möglichkeiten des Abtauchens kennenlernen • der Kopf als Richtungsgeber • Gleiten mit Tauchzug • unterschiedliche Rotationsmöglichkeiten 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung vorgegebener Situationen (Hockqualle, Gleiten) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Angstüberwindung - Körperspannung - Erläuterung elementarer Gesetzmäßigkeiten, angemessenen Bewegungsverhaltens sowie der Baderegeln im UG
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auf- und Abtrieb • Druckausgleich • Körperstreckung • Schwimmlage • Abstoßen/Gleiten 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren • Partnerhilfe, Partnerbeobachtung • Vormachen - Nachmachen • Impuls • Anregen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Hockqualle • Wasserwiderstand suchen/meiden • Ausatmung ins Wasser („Kutschers- Brrrr“) • Körperspannung beim Gleiten, Gleitbootlage • Drehbewegungen im Wasser 	<p>punktuell: Demonstration</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die „Qualle“ sitzt auf dem Beckenboden(Tiefe: 1,20m) - Die „Qualle“ bewegt sich - Abstoßen/ Gleiten (Querbahnen)

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	A F	5	12		2

„Sicher und ausdauernd“ – Wir erlernen das Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + *eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (2)*
- + *eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen (3)*
- + *das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)*

Methodenkompetenz:

- + *Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- + *Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, f2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen:

- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Gesundheit

- **grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)**

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV (4.2): „Sicher und ausdauernd - Brustschwimmen mit Tauchzeug nach Start und Wende“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine längere Schwimmstrecke mit der Brustschwimmtechnik sicher bewältigen • Die Technik wettkampfmäßig anwenden <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gleichzugtechnik • Startablauf, hohe Wende • Schlüssellochzug und gebeugter Armzug bis in Schulterhöhe • Schwung- vs. Stoßgrätsche • Ausatmung ins Wasser 	<ul style="list-style-type: none"> • Tauchzug nach Abstoßen u. Gleiten (Querbahnen) • Gezielte Üf. zur Technik <ul style="list-style-type: none"> - lange Gleitphasen mit Betonung der Atmung - Teilbewegungen Arme, Beine mit Auftriebshilfen - Üf. zu Start und Wende (quer) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Synchronität der Beinbewegung ⇒ Partnerbeobachtung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tauchzug • Schwunggrätsche mit Korrektur in Rückenlage • Schwimmen längerer Strecken, auch in Pyramidenform (50-100- 200 -100-50) • Wendestaffeln • Schwimmen am „laufenden Band“ (Schwimmen einer Bahn, zurückgehen) bei Üf. mit Auftriebshilfen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und rücksichtsvolles Verhalten bei GÜ auf einer Bahn • Schwimmbrett, Pullboy 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Lern- und Leistungssituationen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Technikdemonstration (1 Bahn) - 10 min. Schwimmen mit Wende auf einer Bahn <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 50 m Brustschwimmen mit Zeitnahme - Streckentauchen (BjSp Swi.)

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	<i>A F</i>	<i>7</i>	<i>8</i>		<i>20</i>

„Ich will schneller und eleganter schwimmen“ - Erlernen des Kraulschwimmens

Kompetenzerwartungen: BWK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✚ *eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a3, f3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- **Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)**

Gesundheit

- ✚ **unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)**

BF4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV (4.20): „Ich will schneller und eleganter schwimmen - Erlernen des Kraulschwimmens“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • gebeugter, S- förmiger Armzug • Beinschlag • Koordination von Arm-, Beinbewegung und Atmung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwung-, Zug- und Druckphase beim Wechselzug • Ristschlag • Gleitbootlage 	<ul style="list-style-type: none"> • LV, MV: Informationen zu den Teilbewegungen • Imitations- bzw. Trockenübungen • EÜ an Stationen • PÜ Beobachtung und Korrektur • EÜ gezielte Üf. zu Start und hoher Wende bzw. Saltowende für Fortgeschrittene (individuelle Förderung) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblatt Kraulschwimmen • Stationenlernen • Fehler und deren Korrektur 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • EÜ: Erlernen der Teilbewegungen mit Auftriebshilfen • EÜ Kurzbahnen nach Abstoßen bzw. Startsprung • PÜ Übungen zur Atmung zunächst im Stand (schultertiefes Wasser) → Ein- und Ausatmung im Zyklus der Armbewegung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Füße gestreckt, im Fußgelenk locker • Führung des gebeugten Unterarms bis zum Bauch • Entspannte Schwungphase: hoher Ellbogen • Armzyklus • Beinbewegung aus der Hüfte 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung → Allgmeinkorrektur <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsqualität <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der Technik auf einer Kurzbahn

Bewegungsfeld/Sportbereich 4.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen im Wasser - Schwimmen</i>	<i>ACF</i>	<i>7</i>	<i>12</i>		<i>21</i>

„Wie wir uns retten können“ - Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brust - und Rückenlage

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 3, BWK 4, MK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
- + *eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert - ohne Unterbrechung, in gleichmäßigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit - erbringen (3)*
- + *Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)*

Methodenkompetenz:

- + *grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, c1, c3, f1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- *Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*

Wagnis und Verantwortung

- *Spannung und Risiko (1)*
- *Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)*

Gesundheit

- *grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)*

BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV (4.21): „Wie wir uns retten können- Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brust- und Rückenlage“

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Brust- und Rückenschwimmen über längere Strecken • Transportieren ermüdeter Schwimmer: Ziehen, Schieben, Brücke • Maßnahmen zur Selbstrettung • Rettungsgriffe <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitsaspekte des Schwimmens • Unfallprophylaxe 	<ul style="list-style-type: none"> • GÜ: Schwimmen am „laufenden Band“ in Bahnen • EÜ Beinbewegung mit Brett als Auftriebshilfe • PÜ, GÜ • MV → Erläuterung der Maßnahmen zur Selbstrettung • PÜ zu Rettungsgriffen an Land und im Wasser <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • L.info • verschiedene Üf. • Arbeitsblatt 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bahnschwimmen mit Strecken- und auch Zeitvorgabe (bis 30 min.) • Transportschwimmen auf Kurzbahnen • Verhalten bei Krampfanfällen • Retten Verunglückter mit einfachen Rettungsgriffen→ Transportschwimmen auf Kurzbahnen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ziehen, Schieben, „Brücke“ beim Transport Ermüdeter • Waden-, Oberschenkel-, Magenkrampf • Kopf-, Achselgriff • Ausatmung ins Wasser, lange Gleitphasen • Schwimmlage beim Rückenschwimmen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorführen des Transportschwimmens <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicheres Beherrschen der Schwimmlagen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - LZA I bis 30 min. - Demonstrieren des Transport- und Rettungsschwimmens

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	<i>A C</i>	<i>5</i>	<i>14</i>		<i>6</i>

„Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen“ - Rollen, auf Händen stehen, Rad; Erproben und Erlernen grundlegender Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + eine für das Turnen grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (1)
- + technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)
- + am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden (3)
- + in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (4)

Methodenkompetenz:

- + Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)
- + sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)

Urteilskompetenz:

- + turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (1)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, c 1, c 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Wagnis und Verantwortung

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst) (2)

BF5 Bewegungen an Geräten- Turnen

Thema des UV (5.6): „Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen“ (14 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufbau grundlegender Muskel- und Körperspannung • Rollen und Varianten • auf Händen stehen, Rad • Stützsprünge mit Gegendrehung in der zweiten Flugphase <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung • effizientes Rollen • Gegendrehen in der Flugphase als Funktion des Stützens • Liegestützvarianten 	<ul style="list-style-type: none"> • EÜ nach L-Impuls: Erarbeitung gymnastischer Verbindungselemente • EÜ: Formen von Rollbewegungen • GÜ: auf Händen stehen • EÜ: Rad • GÜ: Stützsprünge mit zunehmender Anforderung und angemessener Hilfestellung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Geräteaufbau, -absicherung • Hilfestellung, Sicherheitsstellung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bodengymnastik als spezielle Vorbereitung • Rollen aus veränderter Ausgangssituation, Rolle rw. mit Gelände-hilfe • Handstand mit Geräte- und Partnerhilfe, Rad mit Geländehilfe • Stützsprünge an Sprunghügel, Bock, T-Bock, Querkasten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Bank“, Streckstutz, Liegestütz vorlings und rücklings, „Kerze“ • Abrollen über Nacken • Aufsetzen der Hände, Blickrichtung Schwungbein • aktives Abstützen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft in Übungs- und Lernsituationen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lernerfolge - Partnerhilfen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - kontrollierte Bewegungsfertigkeit in Einzeldemonstration - sicheres Beherrschen eines angemessenen Schwierigkeitsgrades

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	B A	6	12		13

„Wi(e)der die Schwerkraft!“ - Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter-, auf- und umschwingen; Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebebalken

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + *technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)*
- + *am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden (3)*

Methodenkompetenz:

- + *Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)*
- + *sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)*

Urteilskompetenz:

- + *turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, a 1, a2

Bewegungsgestaltung

- + **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- + **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

BF 5 Bewegungen an Geräten - Turnen

Thema des UV (5.13): „Wi(e)der der Schwerkraft“ Das Schwingen am Reck erleben.“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reck: Kniehangabschwung, Abschwung vorlings vorwärts Unterschwung mit Schwungbeinhilfe/mit beidbeinigen Absprung Aufschwung vorlings mit/ohne Schwungbeinhilfe; Beinschwungbewegungen; Umschwung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Auflagepunkt des Körpers Druckbein/Schwungbein Körperschwerpunkt Bein-Rumpf-Winkel Ristgriff, Stütz-Drehgriff 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausprobieren unterschiedlicher Schwünge • Vormachen/Nachmachen unterschiedlicher Schwünge • Erstellen einer kurzen Bewegungsfolge <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgabe • deduktiver Lernweg • Bewegungsanweisung • Bewegungshilfe • Bewegungskorrektur 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kennenlernen verschiedener Schwünge • Erstellen einer Bewegungsfolge <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherer Auf- und Abbau 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Auf- und Abbauen • Hilfestellung • Anwendung der Fachsprache • Einschätzung der Schwierigkeitsgrade und Ausführungsqualität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer turnerischen Übungsfolge

BF 5 Bewegungen an Geräten - Turnen

Thema des UV (5.13): „Wi(e)der der Schwerkraft“ Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebebalken (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>Dynamische Formen:</u> Gehen vorwärts (mit Vorhochspreizen, Ausfallschritt, Nachstellen) Gehen seitwärts (mit Spreizen, Kreuzen, Hochstellen, Drehen) Gehen rückwärts Springen (Schlußhocksprung, Schrittsprung, Anschlagsprung, Pferdchensprung, Schersprung) Drehen (im Stand, auf beiden Füßen, in der Hock- oder Streckstellung, mit und ohne Hochfedern, auf einem Bein • <u>Statische Formen:</u> Stehen (auf beiden/einem Füßen, Hock-/ Kniestand) Sitzen (Seit-, Hock-,Strecksitz) 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren: Balancieren über/auf unterschiedlichen Geräten/Gegenständen mit unterschiedlichen Aufgaben • Stabilisierung der Fundamentalbewegungen am Boden/auf schmaler werdenden Geräten • Erarbeiten einer Bewegungsfolge 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wiederholen und Erweitern von Elementen des Bodenturnens • Übertragung auf das Element Schwebebalken • Kriterien aufstellen für eine Bewegungsgestaltung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherer Auf- und Abbau 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Auf- und Abbauen • Hilfestellung • Anwendung der Fachsprache • Einschätzung der Schwierigkeitsgrade und Ausführungsqualität <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer turnerischen Übungsfolge
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgabe, Vormachen, Vorzeigen, Anregen, Bewegungskorrektur, Bewegungssicherung 		

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.3	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	B A	7	8		26

„Akrobaten entwickeln Kunststücke“ – Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer Gruppengestaltung

Kompetenzerwartungen: BWK 3, MK 1, MK 2, MK 3, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- ✦ *eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (3)*
- ✦ *zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden u. der. Funktion erläutern (4)*

Methodenkompetenz (MK)

- ✦ *Turnergeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)*
- ✦ *sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)*
- ✦ *sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)*

Urteilskompetenz (UK)

- ✦ *eine Präsentation - allein oder in der Gruppe - nach ausgewählten Kriterien bewerten (2)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, a 1, a 2, a 3

Bewegungsgestaltung

- ✦ **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**
- ✦ **Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- ✦ **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- ✦ **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**
- ✦ **Bewegungsstrukturen und grundlegenden Aspekte motorischen Lernens (3)**

BF 5 Bewegen an Geräten- Turnen

Thema des UV (5.26): „Akrobaten entwickeln Kunststücke- Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer Gruppengestaltung“

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Regeln zur Partnerakrobatik und zum Pyramidenbau • Vorbereitende Übungen und Spiele • Partnerakrobatik • Pyramiden zu dritt, zu viert und mehr <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • wichtige Absprachen • Standsicherheit, gerade Wirbelsäulenhaltung • Helfen und Sichern • Gestaltungskriterien • Wagnisaspekt 	<ul style="list-style-type: none"> • UG • PÜ, GÜ • Arbeitsblätter→ PÜ • Arbeitsblätter→ GÜ <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Arbeitsblätter mit Aufforderungscharakter und Differenzierungsmöglichkeiten • Verständigung in turnerischen Übungs- und Lernprozessen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten und Informieren mit Demonstration wichtiger Aspekte beim Auf- und Abbau von Pyramiden • Selbstständiges Erarbeiten und Einüben von Partner- und Gruppenakrobatik • Präsentation <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bankstellung • Beine in Rückenlage hüftbreit auseinander • Körperspannung • Aufgangsvarianten und- hilfen • Schulter-, Kopfstand 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Helfen und Sichern <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zusammenarbeit <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit, - Sicherheit, - Einfallsreichtum <p>der präsentierten Akrobatik</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	<i>C A</i>	<i>8</i>	<i>8</i>		<i>35</i>

„Nur Fliegen ist schöner“ - Herausforderung Minitrampolin (Sprunghügel, Luftrolle → Salto vw.)

Kompetenzerwartungen: BWK 2, BWK 4, MK 1, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + *technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)*
- + *in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (4)*

Methodenkompetenz:

- + *Turnergeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)*
- + *sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)*

Urteilskompetenz:

- + *turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c 1, c 3, a 1, a 2

Wagnis und Verantwortung

- + **Spannung und Risiko (1)**
- + **Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- + **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

BF5 Bewegen an Geräten - Turnen

Thema des UV 5.35: „Nur Fliegen ist schöner“: Herausforderung Minitrampolin“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • das Minitramp als Absprunghilfe nutzen • Grundsprünge am Minitrampolin erlernen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Minitramp und seine Bestandteile • Umgang mit dem Minitramp 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihe • Erproben • Lehrerzentrierung • Beobachtungsbogen • zergliederndes bzw. ganzheitliches Üben • Differenzierung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsanweisungen • Sicherheitsvorkehrungen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein-/Auspringen • Gestaltung der Flugphase als Strecksprung • Hocksprung • Grätsch(winkel)sprung • verschiedene Schraubensprünge • Rolle, Flugrolle, Freie Rolle, Salto vorwärts • Landen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprungvarianten (siehe oben) • physikalische Grundprinzipien: Rotationsgeschwindigkeiten, Ein- und Ausfallwinkel, Impulsunterstützung • Sprungphasen und ihre technische bzw. funktionale Gestaltung • konditionelle Voraussetzungen, z.B. Körperspannung, Dehnfähigkeit 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der Bewegungsanweisungen • Reflektieren von den Bewegungen zugrundeliegenden Prinzipien • Berücksichtigen der Anweisungen • funktionsgerechtes Helfen und Sichern <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausbauen der Bewegungsqualitäten - genaues Benennen und Beschreiben - Konzentration auf die Lern- und Sicherungssituation <p>punktuell: Demonstrationen einiger Sprünge</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ist-Soll-Zustand-Abgleich

Bewegungsfeld/Sportbereich 5.5	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Bewegen an Geräten - Turnen</i>	A F	9	12		41

„Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegen finden“ - Eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen können

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + eine für das Turnen grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (1)
- + technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (u. a. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (2)
- + am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden (3)

Methodenkompetenz:

- + Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrecht erhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben (1)
- + sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen (2)

Urteilskompetenz:

- + turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (1)
- + eine Präsentation - allein oder in der Gruppe - nach ausgewählten Kriterien bewerten (2)

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, f 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)

Gesundheit

- + Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

BF 5 Bewegungen an Geräten - Turnen

Thema des UV (5.41): „Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegungen finden“ - eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher turnen können“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Übungsfolgen zusammenstellen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gerätekanon: Turnen an normierten Geräten 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenarbeit: auf der Suche nach sinnvollen Zielen • Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach eigenen sinnvollen Bewegungsfolgen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • ausgewählte Übungen an Barren, Boden, Reck und Sprung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • z.B. Handstand, Kippe, Hocke, ... 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Auf- und Abbauen • Hilfestellung • Fachsprache anwenden • Komposition einer Übungsfolge <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer Übungsfolge unter festgelegten Kriterien

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	A B	5	8		8

Der Körper als Ausdrucksquelle - eine Einführung in das Bewegungstheater

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✚ *technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (1)*
- ✚ *grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden (2)*

Methodenkompetenz:

- ✚ *durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen (1)*
- ✚ *einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren (2)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten (UK)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, b 1, b 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- ✚ **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- ✚ **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

Bewegungsgestaltung

- ✚ **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)**
- ✚ **Variation von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)**

BF6 Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV (6.8): „Der Körper als Ausdrucksquelle - eine Einführung in das Bewegungstheater“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundübungen zur Entwicklung von Spielbereitschaft: Gruppenbildung, Fortbewegung mit Variation der Bewegungsweise • Kennenlernen der vier Darstellungsbereiche der Pantomime • Anwenden in Improvisationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pantomime als Körpersprache • imaginäre(r) Gegenstand, Raum, Kraft, Person • Gestik, Mimik, Haltung 	<ul style="list-style-type: none"> • Impulse d. Lehrkraft → GÜ • Gruppenpantomime: Vertrautwerden mit den vier Darstellungsbereichen • GÜ, PÜ: Erproben → Erarbeiten → Demonstrieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • L.impulse→ Erproben • Beobachten, Anregung, Verbesserung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • GÜ, z.B. „Muschelsuche“ oder Atomspiel, Magnet, La Ola; Riesenfass rollen, Lkw schieben • PÜ: Marionette, die durch Hände des Partners geführt wird • Roboterspiel und Gummimenschen • Fortbewegungsweisen auf Füßen, Händen und Füßen • Etüden zu den vier Bereichen, z.B. Schaufensterdekoration mit Mopedpuppen • vorgegebene und freie Improvisationen, z.B. Rendezvous, an der Kasse im Supermarkt, Spaziergang mit dem Hund <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spannung, Entspannung (Anfang und Ende einer pantomimischen Aktion) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> - Verlässlichkeit - Teamgeist <p>punktuell:</p> <p>Beobachungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ideenreichtum in erarbeiteten Spielphasen

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	A B	6	8		14

Handgeräte als gestalterischer Impuls - mit Ball, Reifen oder Gymnastikband eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + *technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (1)*
- + *grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden (2)*

Methodenkompetenz:

- + *durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen (1)*
- + *einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren (2)*

Urteilskompetenz:

- + *einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, b 1, b 2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- + **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

Bewegungsgestaltung

- + **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**
- + **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

✚ BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV (6.14): „Handgeräte als gestalterischer Impuls“ (8Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von Bewegungserfahrungen mit dem Seilchen, Reifen, Band und Gymnastikball • Ausarbeitung von Grundformen des ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit den unterschiedlichen Handgeräten • Aufstellen von Kriterien für eine Bewegungsgestaltung • Bewegungsgestaltung und deren Präsentation 	<ul style="list-style-type: none"> • Experimentieren und Erproben • Sammeln von Bewegungserfahrungen • Differenzieren nach unterschiedlichen Handgeräten • Aufzeigen verschiedener Elemente • Aufbau einer Bewegungsfolge nach zusammengestellten Kriterien 	<ul style="list-style-type: none"> • Eigentümlichkeiten der verschiedenen Handgeräte erfahren • Bewegungsverbindungen wie Gehen - Laufen - Hüpfen - Schwingen - Drehen verwenden • Kriterien einer Bewegungsgestaltung nennen, anwenden und überprüfen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lernbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung einer den individuellen Fertigkeiten angemessenen Gruppengestaltung - Beschreiben der Bewegungsfolge - Realistische Einschätzung von Bewegungsqualität
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rhythmus, Raumwege, Bewegungsverbindungen, Koordinationsfähigkeit 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsaufgabe, Vornachmachen, Anregen, Impuls, Akustische Maßnahmen, Unterrichtsgespräch 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schwierigkeitsgrad, Bewegungsverbindungen, Raumwege, Körperspannung, Bewegungsqualität 	<p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer Gruppenkür

--	--	--	--

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	F B	7	10		24

Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping - Kunststücke mit dem Seil erarbeiten, erproben und präsentieren

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✚ *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (1)*
- ✚ *in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren (2)*
- ✚ *Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren (3)*

Methodenkompetenz:

- ✚ *ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet - allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)*
- ✚ *bewegungsbezogenen Klischees (u.a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: f2, f3, b 1, b 2

Gesundheit

- ✚ **grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)**
- ✚ **unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)**

Bewegungsgestaltung

- ✚ *Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)*
- ✚ *Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)*

BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste)

Thema des UV (6.24): „Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping- Kunststücke mit dem Seil erarbeiten, erproben und präsentieren“

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Charakteristik Rope Skipping (mehr als Seilspringen?) • einbeinige und beidbeinige Sprünge • schwierigere Sprungformen • Drehungen • Visitor (Seilführender + Partner) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rope Skipping • Visitor 	<ul style="list-style-type: none"> • LV, L.info • EÜ, GÜ nach Demonstration und Informationen vom Arbeitsblatt • PÜ, GÜ • Trick ohne Seil -> mit Seil -> mit Musik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vom Leichten zum Schweren • LV, L.info 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheitsaspekte, physische Voraussetzungen • Basic Stunts (einbeinig), Basic Stunts (beidbeinig) • Criss-Cross (Kreuzen der Arme), Side-Swing (Seitschwung), Double under (Doppeldurchschlag) • spielerische Aufgaben für Seilführende(n) mit einem oder zwei Partnern <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kraft(-ausdauer), Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination • knees up, leg swing, kick swing • Schlusssprünge vw., rw., sw.; side straddle, forward straddle; X-motion (Kreuzen der Beine) 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einsatz und Leistungsbereitschaft in Übungsphasen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lern-, Leistungsfortschritt - Erläutern der Komposition und Beurteilung der Bewegungsqualität bei sich selbst und anderen <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation einer eingeübten Partner- oder Gruppenkomposition

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.4	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	B E F	8	12		33

Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle und Co. - Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 4, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✦ *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (1)*
- ✦ *in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren (2)*
- ✦ *eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern (4)*

Methodenkompetenz:

- ✦ *ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet - allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)*

Urteilskompetenz:

- ✦ *die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, b 3, e 1, e 2, f 3

Bewegungsgestaltung

- ✦ *Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)*
- ✦ *Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)*
- ✦ *Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte (3)*

Kooperation und Konkurrenz

- ✦ *Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- ✦ *soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*

Gesundheit

- ✦ *unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)*

BF6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste

Thema des UV 6.33: Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle und Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine moderne Form des Tanzens bzw. der Gymnastik kennen lernen • eine Bewegungsgestaltung erarbeiten und präsentieren <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gymnastik • Tanz • Choreographie 	<ul style="list-style-type: none"> • GA • Vorbereiten/ Sammeln von Bewegungserfahrungen – Erlernen – Variieren – Gestalten • Präsentation <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gruppengestaltung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Musikkunde • Rhythmusschulung • Technikgrundlagen (z.B. Körperhaltung) • Basics der ausgewählten Form, z.B. Aerobic: march, step touch, double step, tap toe, v-step z.B. Hip Hop: Steps, Kicks, Touchs, Jumps <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Takt(schlag), Musikbogen, Choreographie, Strophe, Refrain • Bezeichnungen für einzelne Elemente (siehe oben) • Charakteristika, z.B. der Musik, der Entstehung, oder der Anforderungen, der gewählten Form 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beiträge zur Gruppengestaltung • Einlassen auf die Thematik <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – konzentriertes, selbständiges, zielführendes, fundiertes Arbeiten <p>punktuell: Präsentation der Gruppengestaltung</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Bewegungssicherheit, -genauigkeit, -rhythmus, -schwierigkeit, -vielfalt, -synchronizität

Bewegungsfeld/Sportbereich 6.5	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	B E	9	12		43

Einen Schritt weiter → Die Step-Aerobic - eine in Gruppen erarbeitete Choreografie nach gemeinsam erstellten Kriterien präsentieren und bewerten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✦ *ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (1)*
- ✦ *in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) - auch in der Gruppe - anwenden und zielgerichtet variieren (2)*
- ✦ *Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren (3)*
- ✦ *eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern (4)*

Methodenkompetenz:

- ✦ *ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen kriteriengeleitet - allein oder in der Gruppe - entwickeln und präsentieren sowie zentrale Ausführungskriterien (z.B. Synchronität, Bewegungsfluss) beschreiben und erläutern (1)*

Urteilskompetenz:

- ✦ *die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, e 1, e 2

Bewegungsgestaltung

- ✦ **Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (1)**
- ✦ **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

Kooperation und Konkurrenz

- ✦ **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**
- ✦ **soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)**

BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste)

Thema des UV (6.43): „ Einen Schritt weiter Die Step-Aerobic - Eine in Gruppen erarbeitete Choreografie nach gemeinsam erstellten Kriterien präsentieren und bewerten“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Durchführung einzelner Schritte der Step-Aerobic in Form einer Gruppengestaltung • Kriterien der Bewegungsgestaltung und- umsetzung kennen lernen und anwenden <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Synchronität • Bewegungsausführung • Rhythmusstruktur 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrerpräsentation • Referate • Gruppenarbeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung) 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • vorgegebene Schritte der Step-Aerobic durch Lehrer • frei gewählte neue Schritte durch Schüler <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • z.B. Step Touch, Lunge, Toe Touch, ... • Beat, Phrase, Bogen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführung von Bewegungsgestaltungen in Probephasen • Übernahme von Verantwortung und Leitung in Probephasen <p>punktuell:</p> <p>- Präsentation einer Gruppengestaltung anhand des erarbeiteten Kriterienkatalogs</p>

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	A E	6	12		15

Wir lernen sicher mit Ball und Schläger umzugehen - Spiel mit VH und RH, Aufschlag, Regelgrundlagen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)*
- + sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten (2)*
- + grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)*

Methodenkompetenz:

- + einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden (1)*
- + grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- + Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a 1, a 2, a 3, e 1, e 3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)*

Kooperation und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + (Spiel-) Regeln und deren Veränderung (3)*

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV (7.15): „Wir lernen sicher mit Ball und Schläger umzugehen - Spiel mit VH und RH, Aufschlag, Regelgrundlagen“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Unterscheidung: Federball - Badminton • Phasierung von Bewegungsmerkmalen/ Bewegungsablauf: Schlägerhaltung, hoher Aufschlag, VH-UH-Clear, VH-ÜK-Clear, VH-ÜK-Drop, Rückhandschläge • Flugbahnen der Grundschläge <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen/-merkmale 	<ul style="list-style-type: none"> • Technikbezogene Übungen und Spielformen • Beobachtungsbögen/ Partnerkorrektur • Regelwerk • Grundlagen der Taktik • Grafische Darstellung von Spielsituationen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerkorrektur • Beobachtung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Badminton spielen im Rahmen eines Wettkampfes: Spielidee, Regeln, regelgerechtes Spielen auf dem Halbfeld, Vereinbarungen, Zählweise <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Clear, Drop, Return, Antizipation • Regelwerk 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erläuterung einfacher graphischer Darstellungen • Grundlegende Regelkenntnisse <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Situationsgerechte Anwendung der Schläge im Spiel

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>A E</i>	<i>6</i>	<i>5</i>		<i>18</i>

Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball - Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball

Kompetenzerwartungen: *BWK 2, BWK 3, BWK 4, MK 2, UK 1*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten (2)*
- + grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)*
- + ein großes Mannschaftsspiel und in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (4)*

Methodenkompetenz:

- + grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- + Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *e1, e3, e4, a1, a2*

Kooperieren und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)*
- + Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV (7.18): „Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball - Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball“ (5 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen, die der Spielidee des Volleyballspiels entsprechen • Festlegen von Spielregeln und deren Überprüfung auf Durchführbarkeit • Festlegen von Techniken Spieltechniken • Durchführung eines, dem Regelwerk des Volleyballs entsprechen dem, Turniers ohne Berücksichtigung der technischen Elemente <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ Spielfeldabgrenzung ◦ Regeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielformen und deren Variation zur schrittweisen Annäherung an das Regelwerk des Volleyballspiels • Erproben und Experimentieren von Spielregeln und Techniken <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handlungsaufgabe • Unterrichtsgespräch • Impulse 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ball regelgerecht über das Netz auf den Boden der gegnerischen Spielhälfte bringen • Aufschlag/Aufschlagspieler (Rotation) • Drei Ballkontakte innerhalb einer Mannschaft • Festlegung der Spieltechniken (Werfen, Prellen etc.) • Zählweise <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Feldabsicherung • Zusammenspiel • Erfolgsorientiertheit 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation innerhalb einer Spielgruppe • Einhaltung der Spielregeln <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beurteilung der technischen und taktischen Volleyball-Grundfertigkeiten

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>A E</i>	<i>7</i>	<i>12</i>		<i>22</i>

Ich kann pritschen und baggern - Die Volleyball-Grundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregeln anwenden

Kompetenzerwartungen: *BWK 1, BWK 3, MK 1, MK 2, MK 3, UK 1, UK 2*

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)*
- + konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)*

Methodenkompetenz:

- + Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)*
- + spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)*
- + Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)*

Urteilskompetenz:

- + die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)*
- + den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: *a1, a2, a3, e1, e2*

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)*

Kooperieren und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele

Thema des UV (7.22): „Ich kann pritschen und baggern- Die Volleyball-Grundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/ gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregeln anwenden“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Oberes Zuspiel in Übungs- und Spielsituationen • Einführung des unteren Zuspiels • Anwendung in vereinfachten Spielformen 	<ul style="list-style-type: none"> • PÜ, GÜ gezielte Informationen anhand einer Lehrbildreihe (AB)→ Imitation ohne Ball→ Üf mit Ball • Spiel 3 mit 3 • Spielform 3 gegen 3 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale des oberen Zuspiels, gezielte Üf., auch Dreieckspiel • Merkmale des unteren Zuspiels, gezielte Üf. • Spielform „Vb mit Auffangen“ nach Annahme→ zunehmende Forderung des Direktspiels 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Übungs- und Spielsituationen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - spielbereite Position - Streckung, Genauigkeit und Höhe des Zuspiels
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlüsselemente der Techniken • Rotation in Spielformen • Annahme, Aufbau, Stellspiel parallel zum Netz • regelgerechtes Spiel (Kontaktregel) 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lehrbildreihe → Bewegungsstruktur erkennen→ Nutzung für motorisches Lernen • Beobachtung, Korrektur 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ganzkörperstreckung • Schüsselform der Hände, Ellbogen der angehobenen Unterarme nach außen (ob. Zuspiel) • überstreckte Gelenke (Hand, Ellbogen, Schulter) beim unt. Zuspiel • Timing, Koordination und Einnehmen der spielbereiten Position als Bedingungsfaktoren 	<p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration von Annahme und Zuspiel in einfacher GÜ

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.4	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>A E</i>	<i>8</i>	<i>10</i>		<i>31</i>

Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball ins Spiel bringen mit dem Unterhandaufschlag, funktionell baggern als Annahme, funktionell pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball nutzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)*
- + das große Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- + Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)*
- + Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)*

Urteilskompetenz:

- + die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen; den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, e1, e2, e3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*

Kooperieren und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (2)*
- + (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)*

BF7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV 7.31: „Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen - Den Ball ins Spiel bringen mit dem Unterhandaufschlag, funktionell baggern als Annahme, funktionell pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball nutzen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • den Ball ins Spiel bringen • Annahme des Balles durch einen Bagger zum Stellspieler • Stellen des Balles zum Angreifer • Kleinfeldvolleyball 3:3 <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufschlag - Annahme - Stellen • Unterhandaufschlag - Baggern - Pritschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Reaktivierung und Vertiefung der Basistechniken • Stationenlernen • Übungs-, Spielformen • taktisch angemessene Anwendung der Technik benennen und beschreiben • Anwenden im Kleinfeldvolleyball <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungs-/ Spielform • Taktik (Definition und Bedeutung im Kleinfeldvolleyball) 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungsformen zum funktionellen Pritschen und Baggern • spielnahe Komplexübungen zum Annehmen und Stellen • Spielformen mit taktischer Ausrichtung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufschlagspieler, Annahmespieler, Stellspieler, Angreifer • Spielfeld, Grundlinie, Angriffslinie... • Regeln: Dreierkontakt, Netzberührung, Übertreten • Annahme: Bereitschaftstellung, Konzentration, alle außer Steller, hoch und ans Netz zum Steller, Annahme durch Rufen ankündigen • Steller: hoch und parallel zum Netz nach außen, jeden zweiten Ball, Schulterachse senkrecht zur Spielrichtung 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbständiges bzw. angeleitetes Erlernen und Üben • Beiträge zum UG • Vor- und Nachbereitung des Unterrichtsmaterials, -raums <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einlassen auf die Unterrichtssituation - individuelle Lernfortschritte - Fähigkeit zur Einordnung von Techniken - selbständig Lernvoraussetzungen schaffen <p>punktuell: Techniküberprüfung Annahme bzw. Stellen / Spielüberprüfung</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Funktionalität der Bewegungen - situationsangemessenes Anwenden in der Spielsituation

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.5	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	A E	8	12		34

Wir spielen mit- und gegeneinander – Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, BWK 3, MK 1, MK 2, MK 3, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)*
- + das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)*
- + konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden (3)*

Methodenkompetenz:

- + Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)*
- + spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)*
- + Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)*

Urteilskompetenz:

- + die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)*
- + den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 4, a 2, a 3

Kooperation und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)*

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)*

BF7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV 7.34: „Wir spielen mit- und gegeneinander - Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Priorität der Überkopfschläge • Einführung von Clear, Drop und Drive • regelgerecht Wettkämpfe bestreiten und leiten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Unterhand- bzw. Überkopfschläge • Bewegungsphasen • Regeln 	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihe • Benennen und Anwenden von Regeln • zielspielnahe Spielformen • sich mit anderen in der Wettkampfsituation messen • Schiedsrichterfunktionen übernehmen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bildreihe • Üben vs. Wettkämpfen • dem Üben bzw. Wettkämpfen adäquate Mit-/Gegenspieler auswählen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungs- und Spielformen zur Technik der Griffhaltung (wiederholend), Schwungschleife, Pronation des Unterarms Treffpunkt, Flugbahn/Zielbereich, Zentralposition zum taktischen Einsatz der Techniken (z.B. Zeitgewinn, Raumüberbrückung) im 1:1, 1 mit 1, 2:2, 2 mit 2 • Wettkampf(nahe)-Spiele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale der Griffhaltung, Schwungschleife, Pronation des Unterarms, Treffpunkt, Flugbahn/Zielbereich • Regeln zum Wettspiel 	<p>prozessbegleitend/ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung der Bewegungsmerkmale • Bevorzugung des Überkopfspiels • konzentriertes Üben • Regelsicherheit im Spielen und Schiedsrichtern <p>punktuell: Technikdemonstrationen/ Wettkampfspiel</p> <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ist-Soll-Zustand-Abgleich - Spielerfolg - taktisch sinnvoller Technikeinsatz - souveräne Schiedsrichtertätigkeit

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.6	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg. -Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	A D	9	12		42

Angriff ist die beste Verteidigung – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff, Angriffsschläge, v.a. Smash

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ✚ *sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)*
- ✚ *das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- ✚ *Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)*
- ✚ *spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 2, d 1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- ✚ **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

Leistung

- ✚ **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen- Sportspiele

Thema des UV (7.42): „Angriff ist die beste Verteidigung – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff, Angriffs-Schläge, v.a. Smash“ (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Individualisiertes taktisches Verhalten im Badminton - Einzel <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kriterien der Individualtaktik: liniennahes Spielen, Schlagvarianten, usw. 	<ul style="list-style-type: none"> • Partneranalyse, -arbeit anhand des Kriterienkatalogs Individualtaktik <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbogen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • 4 Kategorien taktischen Verhaltens: Fehler vermeiden; dem Gegner keine Punkte erlauben; den Gegner zu Fehlern zwingen; direkte Punkte erzielen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Smash • Drop • zentrale Position 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • taktisches Verhalten benennen können <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung erfolgreichen Angriffsverhaltens

Bewegungsfeld/Sportbereich 7.7	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg.-Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</i>	<i>A E</i>	<i>9</i>	<i>10</i>		<i>44</i>

Angriffe im Volleyball vorbereiten, ausführen und abwehren - In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen, nach einem genauen Zuspiel spielen und mit dem Abwehrbagger verteidigen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, MK 3, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- + sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren (1)*
- + das große Mannschaftsspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- + Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern (1)*
- + spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)*
- + Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)*

Urteilskompetenz:

- + die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, a3, e1, e3

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- + Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)*
- + Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)*
- + Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (3)*

Kooperieren und Konkurrenz

- + Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)*
- + (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)*

BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele

Thema des UV (7.44): „Angriffe im Volleyball vorbereiten, ausführen und abwehren - In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen, nach einem genauen Zuspiel spielen und mit dem Abwehrbagger verteidigen“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • das individuelle Schlagrepertoire erweitern • anwenden neuer Schläge in Spielsituationen (taktisches Verhalten) 	<ul style="list-style-type: none"> • Imitationslernen • Zergliederungsmethode 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Spielformen 3:3 und 6:6 • Schlagen des gehaltenen und angeworfenen Balles die Gasse • Schlagen des über Netzhöhe gehaltenen Balles und des hoch an geworfenen und gestellten Balles • spielnahe Technikübung: Angriffsschlag nach Zuspiel und gestelltem Ball 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erläuterung von Abbildungen (Phasenstruktur) <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung einer Spielsituation unter vorgegebenen Kriterien (Stellen und Schmettern)
<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen / -merkmale • technische Ausführungsmerkmale normierter Bewegungen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einzelarbeit • Gruppenarbeit • Arbeitsblatt Schmetterball 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • funktionelles Pritschen • Abwehrbagger • Schmetterschlag (Anlauf, Stemschritt, Beistellschritt, Doppelarmschwung) 	

Bewegungsfeld/Sportbereich 8.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport</i>	C	6	10		19

Vielfältige Herausforderungen mit dem Fahrrad / Inlinern eingehen - Hindernisse und Parcours sicher überwinden

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen (1)*
- *Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen (2)*

Methodenkompetenz:

- *grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten (1)*

Urteilskompetenz:

- *Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c2, c3

Wagnis und Verantwortung

- **Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport

Thema des UV (8.19): „Vielfältige Herausforderungen mit dem Fahrrad/ Inlinern eingehen

– Hindernisse und Parcours sicher überwinden“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • technisch-koordinative Fertigkeiten beim Rollen, Gleiten oder Fahren sicherheits- und geländeangepasst ausführen • Möglichkeiten der Bewegungshilfe erläutern • Sicherheitsaspekte beim Fahren, Rollen oder Gleiten beschreiben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale • Sicherheitsaspekte • Wagnisaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen • grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen (z.B. Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden/ einhalten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren • Stationen Lernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Gleitens, Fahrens oder Rollens unter Berücksichtigung von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination/ koordinative Fähigkeiten insbesondere die der Gleichgewichtsfähigkeit 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gefahrensituationen erkennen und lösen - Grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen einhalten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicherheit beim Bewältigen eines Parcours demonstrieren

Bewegungsfeld/Sportbereich 8.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport</i>	A	7	10		23

Das Spiel mit dem Gleichgewicht - Waveboards, Rollbretter, Skateboards, o.ä. vielfältig, kreativ und spielerisch nutzen

Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *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 (1)*

Methodenkompetenz:

- *beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden (1)*

Urteilskompetenz:

- *die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen (1)*
- *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 (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a1

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**

BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen- Roll, Boots- und Wintersport

Thema des UV (8.23): „Spiel mit dem Gleichgewicht - Waveboards, Rollbretter, Skateboards o.ä. vielfältig, kreativ und spielerisch“ (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen in Fortbewegungsformen mit dem an der Schule vorhandenen Material <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsaspekte • Wagnisaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • EÜ, GÜ • Erproben verschiedener Schwierigkeiten, z.B. Tricks, Slalomparcours... <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Differenzierung • Stationenlernen • Imitationslernen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Waveboards: Slalomparcours • Skateboards: Tricks, Richtungsänderungen • Rollbretter: Spielformen mit einem Ball, z.B. Zielball, Staffeln <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Slalomparcours 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschung des Geräts <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleichgewicht - Tempo-, Richtungsänderungen - Erläutern und Anwenden notwendiger Regeln und Sicherheitsaspekte - Beurteilung des eigenen Leistungsvermögens <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewältigung eines Parcours

Bewegungsfeld/Sportbereich 8.3	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport</i>	A	8	6		32

Projekt Wintersport - ein neue Sportart in ungewohntem Gelände exemplarisch erproben

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *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 (1)*
- *technisch-kordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- *beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden (1)*

Urteilskompetenz:

- *die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen (1)*
- *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 (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: a2

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen

- **Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)**

BF 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootsport, Wintersport

Thema des UV (8.32): „Projekt Wintersport – eine neue Sportart in ungewohntem Gelände exemplarisch erproben“ (ca. 6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vor dem Hintergrund des eigenen Bewegungskönnen eine Bewegungsform wählen, erproben, vertiefen und gemäß dem eigenen Leistungsstand variieren. • Die Wintersportarten Alpin- und Langlaufski als ein permanentes „ins Ungleichgewicht fallen“ kennenlernen. • Bewegungserfahrungen in, unter Umständen, ungewohnter Umgebung machen und erweitern. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gleiten, Kanten, Carven - Diagonalschritt, Doppelstockschub 	<ul style="list-style-type: none"> • Angeleitete Gruppenarbeit um individuellen Ansprüchen gerecht zu werden. • Beobachtungsbögen anhand derer die Bewegungsmerkmale überprüft werden können. • Alpin: Entfremdung der Bewegung durch alltagsbezogene Bewegungsaufgaben (Autofahren, Briefträger, Paketservice, ...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtungsbögen • ganzheitliche Bewegung 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Loipe, Skilift, Skipiste, Ski, Stöcke • Rodelhang, Schlitten, Bob • Eis, Schlittschuhe <p>Fachbegriffe</p>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich auf etwas (neues) einlassen • Durchhaltevermögen/ Frustrationstoleranz <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>punktuell: Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> • neue Bewegungsaufgaben umsetzen

Bewegungsfeld/Sportbereich 9.1	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport</i>	C E F	6	6		17

Widerstand leisten und überwinden - entwickeln und erproben von Zweikampfwettbewerben

Kompetenzerwartungen: BWK 1 BWK 2, MK 1, UK 1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen (1)*
- *sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern (2)*

Methodenkompetenz:

- ✚ *grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c1, c2, e1, f1, f2

Wagnis und Verantwortung

- ✚ **Spannung und Risiko (1)**
- ✚ **Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)**

Kooperation und Konkurrenz

- ✚ **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

Gesundheit

- ✚ **Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)**
- ✚ **Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)**

BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

Thema des UV (9.17): „Widerstand leisten und überwinden - entwickeln und erproben von Zweikampfwettbewerben“ (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes und faires Verhalten in Kampfsituationen • Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten anwenden und in ihrer Funktion erläutern <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsmerkmale der Fertigkeiten und Fähigkeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren grundlegender Strategien und Verfahren in Kampfsituationen • Erarbeitung grundlegender Regeln in Kampfsituationen • Kriteriengeleitetes Partnerfeedback geben <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen Lernen • Erproben und Experimentieren durch Lehrer- und Schülerdemonstration • Beobachtungsbögen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Formen des Fallens, Haltens und Befreiens • unterschiedliche Formen des Ausweichens, Blockens und Fintieren • Angriff und Verteidigung im Rahmen eines Zweikampfwettbewerbes <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fallen • Halten • Befreien • Ausweichen • Blocken • Finten 	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes und faires Verhalten in Kampfsituationen • Regeln entwickeln und einhalten <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewertung des regelgerechten und erfolgreichen Verhaltens in einer Zweikampfsituation

Bewegungsfeld/Sportbereich 9.2	Päd. Perspektive leitend/ergänzend	Jahrg. -Stufe	Dauer des UV Std.	Vernetzen mit UV	Laufende Nr. der UV
<i>Ringens und Kämpfen - Zweikampfsport</i>	C E F	9	10		45

Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfes einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben und anwenden

Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK 2, UK 1, UK 2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern (1)*
- *mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen (2)*

Methodenkompetenz:

- *Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten (1)*
- *kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben (2)*

Urteilskompetenz:

- ✚ *die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen (1)*
- ✚ *Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen (2)*

Inhaltsfeld/er - inhaltliche Schwerpunkte: c1, c2, e1, f1, f2

Wagnis und Verantwortung

- ✚ **Spannung und Risiko (1)**
- ✚ **Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst) (2)**

Kooperation und Konkurrenz

- ✚ **Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) (1)**

Gesundheit

- ✚ **Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)**
- ✚ **Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens (2)**

BF 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport

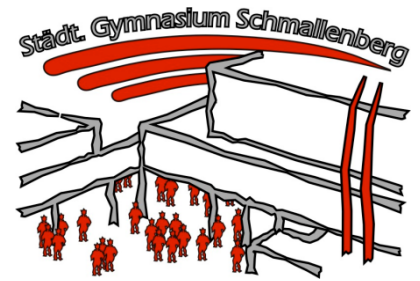
Thema des UV (9.45): „Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfes einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben und anwenden“ (ca. 10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sich körperlich messen mit einem gleichstarken Partner. Chancengleichheit. • Unfallprophylaxe: <ul style="list-style-type: none"> • richtig Fallen • richtig Werfen • fair kämpfen <p>Fachbegriffe</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lernen und üben an Stationen - (Wdh.) Grundlagen des Bodenkampfes (Bodenrandori) - Fallen & Werfen Bewegungsmerkmale erkennen und anwenden anhand von Phasenbildern und Beobachtungsbögen. <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stationen lernen • Beobachtungsbogen, Phasenbilder 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • z.B. Judomatten (6 St. Pro Gruppe) • z.B. Bodenkampf im Knie- bzw. Vierfüßlerstand <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • z.B. Bodenkampf (Bodenrandori; Randori; jap. „das Chaos nehmen“, Übungsform, bei der es um das Üben und nicht um das Gewinnen geht) • z.B. Wurf- und Fegetechniken (z.B. o-Goshi) 	<p>Leistungsbewertung</p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • auf intensiven körperlicher Kontakt einlassen • Anstrengungsbereitschaft • Rücksichtnahme (Regeln) <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partner bekämpfen, aber nicht verletzen („Komm, ich helfe dir Fallen.“) <p>punktuell: Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Geschicklichkeit und Fairness in Zweikampfsituationen

Übersicht über die UV und die erfüllte Obligatorik

(bezogen auf den tatsächlich erteilten Sportunterricht (Jg. 5: 3 WS, sonst 2 WS), Stand 02/12)

Jgst. U-Woche	5	6	7	8	9
1	UV 1 (4 US) 4.1 - A	UV 10 (4 US) 3.2 - A D E	UV 20 (8 US) 4.3 - A	UV 28 (5 US) 1.5 - A	UV 37 (5 US) 1.7 - A F
2					
3	UV 2 (12 US) 4.2 - A F	UV 11 (6 US) 3.4 - D	UV 21 (10 US) 4.4 - D F	UV 29 (8 US) 3.5 - A D	UV 38 (5 US) 3.7 - A D F
4					
5					
6					
7		UV 12 (8 US) 2.2 - E	UV 30 (6 US) 3.6 - D E	UV 39 (5 US) 1.8 - A F	
8					
9	UV 3 (6 US) 1.1 - A F	UV 13 (12 US) 5.2 - A B	UV 22 (12 US) 7.3 - A E	UV 31 (10 US) 7.4 - A E	UV 40 (8 US) 2.4 - E
10					
11	UV 4 (5 US) 1.2 - A D	UV 14 (8 US) 6.2 - A B	UV 23 (10 US) 8.2 - A	UV 32 (6 US) 8.3 - A	UV 41 (12 US) 5.5 - B D
12					
13	UV 5 (8 US) 1.3 - A E	UV 15 (12 US) 7.1 - A E	UV 24 (10 US) 6.3 - B F	UV 33 (12 US) 6.4 - B E F	UV 42 (12 US) 7.6 - A D
14					
15	UV 6 (14 US) 5.1 - A B C	UV 16 (5 US) 1.4 - A F	UV 25 (10 US) 2.3 - E	UV 34 (12 US) 7.5 - A E	UV 43 (12 US) 6.5 - B E
16					
17	UV 7 (10 US) 2.1 - E	UV 17 (6 US) 9.1 - C E	UV 26 (8 US) 5.3 - B C	UV 35 (8 US) 5.4 - B C	UV 44 (10 US) 7.7 - A E
18					
19	UV 8 (8 US) 6.1 - A B	UV 18 (5 US) 7.2 - A E	UV 27 (12 US) 3.4 - A D	UV 36 (10 US) 1.6 - D F	UV 45 (10 US) 9.2 - C E F
20					
21	UV 9 (10 US) 3.1 - A D E	UV 19 (10 US) 8.1 - C			
22					
23					
24					
25					
26					
27					
28					
29					
30					
31					
32					
33					
34					
35					
36					
37					
38					
39					
40					



Schulinternes Curriculum für das Fach Sport **Hinweise zur Leistungsbewertung**

„Die rechtlich verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung sind im Schulgesetz (§ 48 SchulG) sowie in der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (§ 6 APO- SI) dargestellt. Da im Pflichtunterricht des Faches Sport in der Sekundarstufe I keine Klassenarbeiten und Lernstandserhebungen vorgesehen sind, erfolgt die Leistungsbewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“.“

Verbindliche Bestandteile der „Sonstigen Leistungen im Unterricht“:

- Demonstration von Bewegungshandeln (z.B. Präsentationen ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten)
- Fitness- und Ausdauertests im Sinne der Kompetenzerwartungen
- Qualifikationsnachweise (z.B. Schwimmbadabzeichen Bronze)
- Wettkämpfe (z.B. leichtathletische Mehrkämpfe)
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung (z.B. selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen)
- Schriftliche Beiträge zum Unterricht (z.B. Kurzreferate)
- Mündliche Beiträge zum Unterricht (z.B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- oder Gruppenarbeit)

Grundsätze der Leistungsbewertung:

Die Leistungsbewertung im Fach Sport ist ein kontinuierlicher Prozess bei dem alle Leistungen der SuS, die im Zusammenhang mit dem Unterricht erbracht wurden, bewertet werden. Sie bezieht sich dabei auf die im Unterricht vermittelten Fähigkeiten und Fertigkeiten sowie die erworbenen sportlichen Kenntnisse und kann aus den Unterrichtsvorhaben heraus erweitert werden.

Formen der Leistungsbewertung:

Unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen	Punktuelle Leistungsbewertungen
<ul style="list-style-type: none">- erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen- erfolgen zum einen wiederholt und unmittelbar und bieten Rückmeldungen, die die persönliche Entwicklung fördern helfen sowie Ansporn und Korrektur für das eigene Sporttreiben geben- ermöglichen unterrichtsbegleitende Leistungsbewertungen in Form von Langzeitbeobachtungen- Lernerfolge in den Bereichen der personalen und sozialen Kompetenz, die sich in einem partnerschaftlichen, toleranten und fairen Verhalten zeigen, werden während des Unterrichtsverlaufs deutlicher zum Ausdruck kommen als in punktuellen Überprüfungsformen	<ul style="list-style-type: none">- ergeben sich nach Übungsphasen, nach Gestaltungsprozessen, nach Trainingsabschnitten, nach wichtigen Unterrichtsphasen und durch besondere Unterrichtsbeiträge- punktuelle Leistungsbewertungen können aber nicht alleinige Grundlage der Halbjahresbenotung sein- welche Gewichtung die einzelnen Kriterien bei einer Leistungsbewertung besitzen, entscheidet sich stets aus den Schwerpunkten des Unterrichts, aus den dort gestellten Anforderungen und Zielvorgaben- bei der Bildung der Halbjahresnote muss die Vielfalt der im Unterricht angestrebten Kompetenzen berücksichtigt werden

Nachfolgend sind die in der Fachkonferenz beschlossenen Kriterien zur Benotung der Schülerleistungen aufgelistet. Der Fachlehrer muss zu Beginn des Schuljahres über diese Bewertungskriterien informieren. Darüber hinaus ist er verpflichtet, den Schülerinnen und Schülern vierteljährlich ihren Leistungsstand begründet mitzuteilen. Eine prozentuale Gewichtung der einzelnen Kriterien ist aus pädagogischen Gründen nicht sinnvoll, da diese – abhängig von der Akzentuierung der Ziele des jeweiligen Unterrichtsvorhabens – variieren.

Personalkompetenz	Sozialkompetenz	Sachkompetenz	Methodenkompetenz
Selbstwahrnehmung, Reflexion des eigenen Lernweges, Selbstverantwortung lernen	Eigene Ziele in Einklang mit denen anderer Menschen bringen	Bewegungsbezogenes Wissen und Können	Repertoire von Methoden, Verfahren, Techniken zur individuellen Wissens- und Könnensaneignung
<ul style="list-style-type: none"> - Zuverlässigkeit (regelmäßige aktive Teilnahme, vollständige Ausrüstung, Pünktlichkeit) - Konzentriertes Üben - Anstrengungsbereitschaft - Eigene Schwächen überwinden - Lernzuwachs - Aufgeschlossenheit gegenüber neuen Themen - Verantwortung übernehmen 	<ul style="list-style-type: none"> - Auf- und Abbau von Gerätearrangements - Regeln entwickeln und einhalten (Fairness) - Produktives Arbeiten in der Gruppe - Teamgeist entwickeln - Hilfestellung / Hilfsbereitschaft - Teilnahme an Partner- & Gruppenarbeitsphasen - Sich zurücknehmen können 	<ul style="list-style-type: none"> - Wissen erwerben (z.B. über Fachsprache) - Mündliche Beteiligung während der Theoriephasen - Demonstrationsfähigkeit erwerben - notwendige koordinative und konditionelle sowie technische und taktische Fähigkeiten/Fertigkeiten entwickeln - Regeln erfassen, kennen, gestalten und anwenden - Anfertigen von z.B. Protokollen und Referaten 	<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung angepasster Methoden im Lehr-/ Lernprozess - Beobachtungsfähigkeit für Bewegungsabläufe sowie methodische Lernhilfen für Bewegungen (z.B. vom Einfachen zum Schweren) aneignen - Lernmuster, -probleme und -strategien reflektieren - Entscheidungen begründet treffen - Problemlösestrategien reflektieren, erwerben und anwenden