



Fachschaft Sport

Schulinternes Curriculum für die
Sekundarstufe I

(Stand 2022)

Städtisches Gymnasium Schmalleberg

Obringhauser Straße 38 57392 Schmalleberg

JAHRGANGSSTUFE 5

1. Wasser hat Balken – Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen (10)
2. Sicher und ausdauernd – Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende (20)
3. Die Piste dreht den Ski – Umweltorientierter Einstieg in den Skisport (15)
4. Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen – Rollen, auf Händen stehen, Rad, grundlegende Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten (14 und UV 5)
5. Knallhart! - Auf dem Weg zur Körperspannung (6 und UV 4)
6. Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen (6)
7. Alle spielen mit! – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren (10)
8. Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können (12)
9. Auf dem Weg zur effektivsten Technik – Vielseitiges Laufen, Springen und Werfen (7)
10. Hoch, schnell, weit! – Einen leichtathletischen Dreikampf im Laufen, Springen, Werfen durchführen (8)
11. Was steht denn da? – Wir nutzen unsere Pausengeräte (4)
12. Alle tanzen mit – Erarbeiten eines Volks- oder Modetanzes (8)

JAHRGANGSSTUFE 6

13. Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball – Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball (10)
14. Widerstand leisten und überwinden – Entwickeln und Erproben von Gruppen- und Zweikampfsituationen (8)
15. Wi(e)der die Schwerkraft! – Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter-, auf- und umschwingen und Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebebalken (12)
16. Höher, schneller, weiter – Einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen (18) mit UV 17
17. Ganz schön aus der Puste! – Ausdauerndes Bewegen (18) mit UV 16
18. Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? – Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a. (10)
19. Handgeräte als gestalterischer Impuls – Mit Ball, Reifen oder Gymnastikband eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren (12)
20. Bei uns spielen alle Fußball! – Von kleinen Spielen zur allgemeinen Ballbeherrschung bis zur gemeinsamen Spielfähigkeit in leistungsheterogenen Gruppen (8)
21. Wir lernen sicher mit Badmintonschläger und -ball umzugehen – Spiel mit VH und RH, Unterhand Clear/Aufschlag, Regelgrundlagen (12)

JAHRGANGSSTUFE 7

22. Beinschlag, Armzug, Atmung ... – Erlernen des Kraulschwimmens (15)
23. Wie wir uns retten können! – Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brustlage (15)
24. Springen wie Fosbury – Hochsprung als eine neue leichtathletische Disziplin (10)
25. Das Spiel mit dem Gleichgewicht – Gleiten und Fahren auf Rollgeräten (6)
26. Ich kann pritschen und baggern! – Die Volleyballgrundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregel anwenden (12)
27. Ein unbekanntes Endzonenspiel entdecken – Technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten im Ultimate Frisbee (10)
28. Ganz schön mutig! – Erarbeitung und Präsentation einer akrobatischen Gruppengestaltung (10)
29. Ballkontrolle gewinnen – Fußballerische Fertigkeiten vertiefen und in selbst entwickelten Konzentrationsübungen anwenden (10)
30. Mehr als Seilspringen?! – Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping: Kunststücke mit dem Seil erproben, verbinden und präsentieren (10)

JAHRGANGSSTUFE 8

31. Das habe ich ja noch nie gemacht! – Kugelstoßen als eine neue leichtathletische Disziplin (8)
32. Und noch höher, schneller, weiter! – Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten. (10)
33. Nur Fliegen ist schöner – Herausforderung Minitrampolin (12)
34. Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle & Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform (10)
35. Wir spielen mit- und gegeneinander – Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten (12)
36. Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball mit dem Unterhandaufschlag ins Spiel bringen, funktionelles Baggern als Annahme, funktionelles Pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball (2:2; 3:3) nutzen (10)
37. Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Krafftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen (10)
38. Let's play basketball! – Vermittlung grundlegender basketballtypischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit. (10)
39. Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen (6)

Jahrgansstufe 9

40. Judo? Fechten? Sumo? – Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfes einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben, anwenden und reflektieren (9)
41. Angriffe im Volleyball vorbereiten und ausführen – In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen und nach einem genauen Zuspiel ausführen (10)
42. Angriff ist die beste Verteidigung! – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff und zentraler Angriffsschläge im Badminton (12)
43. Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegen finden – Eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher (evtl. mit Sicherheits- bzw. Hilfestellung) turnen können (12)
44. Fit und gesund – Ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs (10)
45. Wie spielt man eigentlich woanders? – Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a. (12)
46. Einen Schritt weiter – Step-Aerobic: Eine Gruppe-Choreografie erarbeiten und präsentieren sowie nach gemeinsam entwickelten Kriterien bewerten (12)
47. Handball – Vermittlung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit (12)

Jahrgangsstufe 10

48. Wir spielen gegeneinander! – Selbstorganisierte wettkampforientierte Spielformen im Volleyball (10)
49. Streetball – Verdeutlichung des „Fair Play“ am Beispiel des Basketballspiels im 3:3 ohne Schiedsrichter (10)
50. Der Körper als Ausdrucksquelle – Eine Einführung in das Bewegungstheater (8)
51. Orientieren, Reagieren, Umstellen, ... – Ein Koordinationstraining mit fußballspezifischem Schwerpunkt entwerfen, durchführen und reflektieren (10)
52. Handball – Vertiefung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der Spielfähigkeit im 7:7 (10)
53. Das geht noch besser! - Vertiefung und Verbesserung der bisher erlernten Hochsprungtechniken (10)
54. Alles ist (nicht) relativ! – Leistungen in der Leichtathletik unter den Aspekten der Fairness, der Partizipation und der Geschlechtsspezifität in Form von selbst erarbeiteten Relativwettkämpfen (im Hochsprung) neu bewerten (6)

Obligatorische UV Sport Sekundarstufe I Städt. Gymnasium Schmallenberg

5	6	7	8	9	10
4-std.: 160 WS: 120 WS Obligatorik 40 WS Freiraum	3-std.: 120 WS: 90 WS Obligatorik 30 WS Freiraum	3-std.: 120 WS 96 WS Obligatorik 24 WS Freiraum	3-std. 120 WS 88 WS Obligatorik 32 WS Freiraum	3-std. 120 WS 88 WS Obligatorik 32 WS Freiraum	2-std.: 80 WS 64 WS Obligatorik 16 WS Freiraum
1 Wasser hat Balken – Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen(10)	13 Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball – Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball (10)	22 Beinschlag, Armzug, Atmung,... – Erlernen des Kraulschwimmens (15)	31 Das habe ich ja noch nie gemacht! – Kugelstoßen als eine neue leichtathletische Disziplin (8)	40 Judo? Fechten? Sumo? – Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfes einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben, anwenden und reflektieren (9)	48 Wir spielen gegeneinander! – Selbstorganisierte wettkampforientierte Spielformen im Volleyball (10)
2 Sicher und ausdauernd – Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende (20)	14 Widerstand leisten und überwinden – Entwickeln und Erproben von Gruppen- und Zweikampfsituationen (8) 15 Wi(e)der die Schwerkraft! – Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter-, auf- und umschwingen und Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebelbalken (12)	23 Wie wir uns retten können! – Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brustlage (15)	32 Und noch höher, schneller, weiter! – Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten. (12)	41 Angriffe im Volleyball vorbereiten und ausführen – In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen und nach einem genauen Zuspiel ausführen (10)	49 Streetball – Verdeutlichung des „Fair Play“ am Beispiel des Basketballsports im 3:3 ohne Schiedsrichter (10)
3 Die Piste dreht den Ski – Umweltorientierter Einstieg in den Skisport (15)	16 Höher, schneller, weiter – Einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen (18)	25 Das Spiel mit dem Gleichgewicht – Gleiten und Fahren auf Rollgeräten (6)	33 Nur Fliegen ist schöner – Herausforderung Minitrampolin (10)	42 Angriff ist die beste Verteidigung! – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff und zentraler Angriffsschläge im Badminton (12)	50 Der Körper als Ausdrucksquelle – Eine Einführung in das Bewegungstheater (8)
4 Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen – Rollen, auf Händen stehen, Rad, grundlegende Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten (14)	17 Ganz schön aus der Puste! – Ausdauerndes Bewegen (18)	26 Ich kann pritschen und baggern! – Die Volleyballgrundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregel anwenden (12)	34 Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle & Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform (10)	43 Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegen finden – Eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher (evtl. mit Sicherheits- bzw. Hilfestellung) turnen können (12)	51 Orientieren, Reagieren, Umstellen, ... – Ein Koordinationstraining mit fußballspezifischem Schwerpunkt entwerfen, durchführen und reflektieren (10)
5 Knallhart! - Auf dem Weg zur Körperspannung (6)		27 Ein unbekanntes Endzonenspiel entdecken – Technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten im Ultimate Frisbee (10)	35 Wir spielen mit- und gegeneinander – Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten (12)	44 Fit und gesund – Ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs (10)	52 Handball – Vertiefung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der Spielfähigkeit im 7:7 (10)
6 Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen (6)	18 Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? – Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a. (10)	28 Ganz schön mutig! – Erarbeitung und Präsentation einer akrobatischen Gruppengestaltung (10)	36 Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball mit dem Unterhandaufschlag ins Spiel bringen, funktionelles Baggern als Annahme, funktionelles Pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball (2:2; 3:3) nutzen (10)	45 Wie spielt man eigentlich woanders? – Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a. (12)	53 Das geht noch besser! - Vertiefung und Verbesserung der bisher erlernten Hochsprungtechniken (10)
7 Alle spielen mit! – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren (10)	19 Handgeräte als gestalterischer Impuls – Mit Ball, Reifen oder Gymnastikband eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren (12)	29 Ballkontrolle gewinnen – Fußballerische Fertigkeiten vertiefen und in selbst entwickelten Konzentrationsübungen anwenden (10)	37 Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Kraftfähigkeiten trainieren (lernen) und testen (10)	46 Einen Schritt weiter – Step-Aerobic: Eine Gruppe-Choreografie erarbeiten und präsentieren sowie nach gemeinsam entwickelten Kriterien bewerten (12)	54 Alles ist (nicht) relativ! – Leistungen in der Leichtathletik unter den Aspekten der Fairness, der Partizipation und der Geschlechtsspezifität in Form von selbst erarbeiteten Relativwettkämpfen (im Hochsprung) neu bewerten (6)
8 Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können (12)	20 Bei uns spielen alle Fußball! – Von kleinen Spielen zur allgemeinen Ballbeherrschung bis zur gemeinsamen Spielfähigkeit in leistungsheterogenen Gruppen (8)	30 Mehr als Seilspringen?! – Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping: Kunststücke mit dem Seil erproben, verbinden und präsentieren (8)	38 Let's play basketball! – Vermittlung grundlegender basketballtypischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit. (10)	47 Handball – Vermittlung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit (12)	
9 Auf dem Weg zur effektivsten Technik – Vielseitiges Laufen, Springen und Werfen (7)			39 Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen (6)		
10 Hoch, schnell, weit! – Einen leichtathletischen Dreikampf im Laufen, Springen, Werfen durchführen (8)	21 Wir lernen sicher mit Badmintonschläger und -ball umzugehen – Spiel mit VH und RH, Unterhand Clear/Aufschlag, Regelgrundlagen (12)				
11 Was steht denn da? – Wir nutzen unsere Pausengeräte (4)					
12 Alle tanzen mit – Erarbeiten eines Volks- oder Modetanzes (8)					

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 1
Wasser hat Balken – Wir erfahren Auftrieb, Vortrieb, Gleiten und Rotationen		
BF/ SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen benutzen • das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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“ 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Körperempfindung und Körperwahrnehmung bei der Qualle 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung vorgegebener Situationen (Hockqualle, Gleiten) • Beobachtungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> • Angstüberwindung • Körperspannung • Erläuterung elementarer Gesetzmäßigkeiten, angemessenen Bewegungsverhaltens sowie der Baderegeln im UG
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • „Hockqualle • Wasserwiderstand suchen/meiden • Ausatmung ins Wasser („Kutscher-Brrrr“) • Körperspannung beim Gleiten • Gleitbootlage • Drehbewegungen im Wasser 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Die „Qualle“ sitzt auf dem Beckenboden (Tiefe: 1,20m) • Die „Qualle“ bewegt sich • Abstoßen/ Gleiten (Querbahnen)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 20	Nummer des UV: 2
Sicher und ausdauernd – Brustschwimmen mit Tauchzug nach Start und Wende		
BF/ SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen • in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen • MK: mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen • MK: einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen • UK: einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • eine länger Schwimmstrecke mit der Brustschwimmtechnik sicher bewältigen • die Technik wettkampfmäßig anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Tauchzug nach Abstoßen und Gleiten (Querbahnen) • Gezielte Üf. zur Technik • lange Gleitphasen mit Betonung der Atmung • Teilbewegungen Arme, Beine mit Auftriebshilfen - Üf. zu Start und Wende (quer) 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung Technik 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Lern- und Leistungssituationen • Beobachtungskriterien: • Technikdemonstration (1 Bahn) • 15 min. Schwimmen mit Wende auf einer Bahn
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und rücksichtsvolles Verhalten bei GÜ auf einer Bahn • Schwimmbrett, Pullboy 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • 50 m Brustschwimmen mit Zeitnahme • Streckentauchen (Bundesjugendspiele Schwimmen)

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 15	Nummer des UV: 3
Die Piste dreht den Ski – Umweltorientierter Einstieg in den Skisport		
BF/ SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wassersport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen • grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmung in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben • SK: grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von Bewegungserfahrungen mit dem Ski • Pistenregeln • Umweltbewusste Aspekte des Wintersports 	<ul style="list-style-type: none"> • kooperative Übungsformen • zieldifferente Gruppen (Binnendifferenzierung) 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Umweltbewusstsein 	unterrichtsbegleitend: ---
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Hang • Beschleunigung • Bremse • Umwelt • Pflug • Parallelschwung 	punktuell: ---

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 14 (und UV 5)	Nummer des UV: 4
Wir kontrollieren den Körper beim Turnen am Boden, beim Springen und Stützen – Rollen, auf Händen stehen, Rad, grundlegende Sprungfähigkeiten an unterschiedlichen Sprunggeräten		
BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • MK: Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten • MK: einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden • UK: kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 	<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 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft in Übungs- und Lernsituationen • Lernerfolge • Partnerhilfen
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • „Bank“, Strecksitz, Liegestütz vorlings und rücklings, „Kerze“, Abrollen über Nacken, Aufsetzen der Hände, Blickrichtung Schwungbein, aktives Abstützen 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • kontrollierte Bewegungsfertigkeit in Einzeldemonstration • sicheres Beherrschen eines angemessenen Schwierigkeitsgrades

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 6 (und UV 4)	Nummer des UV: 5
Knallhart! - Auf dem Weg zur Körperspannung		
BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätkombinationen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Körperempfindungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von vielfältigen Bewegungen • Entdecken von Bewegungen an Turnhallengeräten 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Körperspannung 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft und Körperspannung
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Hangeln • Stützen • Klettern • Balancieren 	punktuell: ---

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 6	Nummer des UV: 6
Körpersignale wahrnehmen und nutzen – Sich sachgerecht aufwärmen		
BF/ SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Unfall und Verletzungsprophylaxe (f) • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben • SK: Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen • MK: Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen • UK: körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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) 	<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 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Organismus und Belastung 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • sachgerechtes Aufwärmen allein und in der Gruppe • 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
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Stretching 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • selbstständige Durchführung eines Teilbereichs der Aufwärmung oder, zunächst angeleitet, der allgemeinen und speziellen Aufwärmung

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 7
Alle spielen mit! – Kleine Spiele entwickeln, erproben und variieren		
BF/ SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Kooperative Spiele • Kleine Spiele und Pausenspiele 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ gestalten • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben • MK: selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen • MK: in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren • UK: sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale eines zielgruppenorientierten Spiels erarbeiten • Reglementierung innerhalb einer Spielform 	<ul style="list-style-type: none"> • Kleingruppenarbeit, Großgruppe, Gesamtgruppe: Entwicklung, Absprache und Variation eines Spiels 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsformen • Gruppenarbeit 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Übernahme von Verantwortung in Gruppen • Diskussionsbeiträge • kreative Ideen
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Feldbegrenzung, Materialeinsatz • (Bälle, Tore, Matten etc.) • Fairness 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung des erarbeiteten Regelwerks • individuelle Spielfähigkeit

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 8
Ballschule – Koordiniert mit dem Ball umgehen können		
BF/ SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen BF 7 Spielen in oder mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Kooperative Spiele 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<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 	<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>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheit bei der Ballkontrolle • wenig Ballverluste und partnergerechtes Zuspiel
		<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>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration sicherer Ballbeherrschung

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 7	Nummer des UV: 9
<p>Auf dem Weg zur effektivsten Technik – Vielseitiges Laufen, Springen und Werfen</p>		
<p>BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß) 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • MK: einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen beim Werfen, Laufen und Springen • Phasierung von Wurf- und Sprungbewegungen • Bewegungsmerkmale beim Werfen, Springen und Laufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bildreihen • Übungsreihen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • vielfältige LA 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung von Aufgaben
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Sprint • Werfen • Sprung 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • technische Demonstration: Weitsprung, Weitwurf und Sprint

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 10
Hoch, schnell, weit! – Einen leichtathletischen Dreikampf im Laufen, Springen, Werfen durchführen		
BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsverständnis im Sport (d) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitwurf, Ballwurf) 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • MK: einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen, Laufen und Springen 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Sinnhaftigkeit von normierten Werten 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Übungsfleiß
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination • Lauf-ABC 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Dreikampf

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 4	Nummer des UV: 11
Was steht denn da? – Wir nutzen unsere Pausengeräte		
BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätkombinationen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätkombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/ Kletterwand) demonstrieren 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von vielfältigen Bewegungen • Erfinden von Bewegungen an Schulhofgeräten 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausprobieren unterschiedlicher Bewegungen • Vormachen/Nachmachen unterschiedlicher Bewegungen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Gefahrmomente auf dem Schulhof 	unterrichtsbegreifend: <ul style="list-style-type: none"> • Fähigkeit und Bereitschaft zum Helfen • Kreativität bei der Findung turnerische Elemente und deren Präsentation
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Stützen • Hilfestellung • Sicherheitsstellung 	punktuell: ---

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 12
<p>Alle tanzen mit – Erarbeiten eines Volks- oder Modetanzes</p>		
<p>BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • UK: kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl eines Volks- oder Modetanzes 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppengestaltung • Einstudieren eines gewählten Tanzes 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Mitarbeit in der Gruppe
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Schwierigkeitsgrad • Bewegungsverbindungen • Raumwege • Körperspannung • Bewegungsqualität 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Gruppengestaltung

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 13
Vom Ringtennis über Ball über die Schnur zu Fang-Volleyball – Spielerischer Einstieg in das Sportspiel Volleyball		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Volleyball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielereinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 entsprechendem Turniers ohne Berücksichtigung der technischen Elemente 	<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 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation • Regeln 	Unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Kommunikation innerhalb einer Spielgruppe • Einhaltung der Spielregeln
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Feldabsicherung • Zusammenspiel • Erfolgsorientiertheit 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung Spielsituation

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 14
Widerstand leisten und überwinden – Entwickeln und Erproben von Gruppen- und Zweikampfsituationen		
BF/ SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Wagnis und Verantwortung (c) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung (c) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin und Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen • in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: die Herausforderung in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben • MK: verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen • UK: einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren grundlegender Strategien und Verfahren in Kampfsituationen • Erarbeitung grundlegender Regeln in Kampfsituationen • Kriteriengeleitetes Partnerfeedback geben 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Verantwortung für sich und den Partner/Gegner 	Unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes und faires Verhalten in Kampfsituationen • Regeln entwickeln und einhalten
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Fallen • Halten • Befreien • Ausweichen • Blocken • Finten 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung des regelgerechten und erfolgreichen Verhaltens in einer Zweikampfsituation

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 15
<p>Wi(e)der die Schwerkraft! – Das Schwingen erleben, in der Balance bleiben: Am Reck unter-, auf- und umschwingen und Erarbeiten einer einfachen Bewegungsfolge am Schwebebalken</p>		
<p>BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätbahnen 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • UK: einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Reck: • Kniehangabschwung, • Abschwung vorlings vorwärts • Unterschwing mit Schwungbeinhilfe/ mit beidbeinigem Absprung • Aufschwung vorlings mit/ohne Schwungbeinhilfe • Beinschwungbewegungen • Umschwung 	<ul style="list-style-type: none"> • Ausprobieren unterschiedlicher Schwünge • Vormachen/Nachmachen unterschiedlicher Schwünge • Erstellen einer kurzen Präsentation 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung Hilfen und Helfen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres Auf- und Abbauen • Hilfestellung • Anwendung der Fachsprache • Einschätzung der Schwierigkeitsgrade und Ausführungsqualität
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Sicherer Auf- und Abbau 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer turnerischen Übungsfolge

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 18 (mit UV 17)	Nummer des UV: 16
<p>Höher, schneller, weiter – Einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen</p>		
<p>BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Leistungsverständnis im Sport (d) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben • SK: die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen • SK: psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen • MK: einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden • UK: ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • unterschiedliche Anforderungen beim Werfen, Laufen und Springen • Phasierung von Wurf- und Sprungbewegungen • Bewegungsmerkmale beim Werfen, Springen und Starten 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Beobachtungsbögen • Erproben und Experimentieren • Erstellung einer Übersicht zur Systematisierung des Werfens, Stoßens und Startens 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsbegriff 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Leistungssituationen • Unterstützung bei Leistungserhebung • Einrichtung und Abbau der Wettkampfanlage
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination • Lauf-ABC • Methoden zur Leistungssteigerung: Schnelligkeitstraining, Koordinationsübungen, ... 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung an Normen (Bundesjugendspiele, Dt. Sportabzeichen)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 18 (mit UV 16)	Nummer des UV: 17
Ganz schön aus der Puste! – Ausdauerndes Bewegen		
BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • individuelle anaerobe und aerobe Belastungen wahrnehmen • die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen 	<ul style="list-style-type: none"> • Gruppenläufe 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Belastungssituationen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • aerob • Superkompensation 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Eine nicht normierte MZA I erbringen: laufen ohne Unterbrechung, individuelle Tempogestaltung

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 18
<p>Welches Pausenspiel macht am meisten Spaß? – Eine Spielidee kriteriengeleitet einschätzen und Regeln sinnvoll verändern, z.B. im Streetball, Tischtennis, o.a.</p>		
<p>BF/ SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) • weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-) spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungserfahrungen in freien Spielsituationen • Spielregeln festlegen und variieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Übungsformen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Sinnhaftigkeit von Regeln 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • eigenverantwortliches Spielen
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Ballgewöhnung 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration einer Spielvariante

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 19
<p>Handgeräte als gestalterischer Impuls – Mit Ball, Reifen oder Gymnastikband eine Bewegungsfolge entwickeln, üben und präsentieren</p>		
<p>BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung (b) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen • SK: grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Sammeln von Bewegungserfahrungen mit dem Seilchen, Reifen, Band oder 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 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Lernbereitschaft • Erarbeitung einer den individuellen Fertigkeiten angemessenen Gruppengestaltung • Beschreiben der Bewegungsfolge • Realistische Einschätzung von Bewegungsqualität
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Schwierigkeitsgrad • Bewegungsverbindungen • Raumwege • Körperspannung • Bewegungsqualität 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Gruppe

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 8 Stunden	Nummer des UV: 20
<p>Bei uns spielen alle Fußball! – Von kleinen Spielen zur allgemeinen Ballbeherrschung bis zur gemeinsamen Spielfähigkeit in leistungsheterogenen Gruppen</p>		
<p>BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Fußball 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • UK: sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Basistechniken und -taktiken erlernen und Mitschülerinnen/Mitschülern beibringen • Mit- und gegeneinander spielen • Gemeinsam Regeln finden und sich einigen • Regeln erproben • Anstrengungsbereitschaft zeigen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiertes Konzept • Stationenlernen • Schüler/innen als „Coaches“ 	<p>Reflektierte Praxis: Die SuS entwickeln und reflektieren in heterogenen Gruppen Regeln für ein Fußballspiel mit dem Ziel, dass auch die leistungsschwächeren bzw. im Fußball unerfahrenen SuS aktiv am Spiel teilnehmen und so das Miteinander innerhalb der Mannschaften gefördert wird. Zudem soll den SuS der Nutzen dieser Regeln für den Einzelnen transparent gemacht werden.</p>	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität • Mannschaftsdienlich spielen, auf Mitschüler/innen eingehen • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben.
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passen • Stoppen • Dribbeln • Schießen • Anbieten • Freilaufen 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von Übungen aus dem Bereich der (grundlegenden) koordinativen Basiskompetenzen (u.a. individuelle Verbesserung, Schwierigkeitsgrad der Übungen, Vielfältigkeit der Übungen - Repertoire)

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 21
<p>Wir lernen sicher mit Badmintonschläger und -ball umzugehen – Spiel mit VH und RH, Unterhand Clear/Aufschlag, Regelgrundlagen</p>		
<p>BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>		<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e)
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele: Badminton 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktion und Effekten erläutern • SK: sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben • MK: selbständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen • UK: einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende Unterscheidung: Federball – Badminton • Phasierung von Bewegungsmerkmalen/ Bewegungsablauf: Schlägerhaltung, hoher Aufschlag, UH-Clear, Vorhand/ Rückhand 	<ul style="list-style-type: none"> • Technikbezogene Übungen und Spielformen • Beobachtungsbögen/ Partnerkorrektur • Regelwerk • Grundlagen der Taktik • Grafische Darstellung von Spielsituationen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlägerhaltung • Schlagtechniken • Schlagarten und ihre Funktion im Spiel (Taktik) • Spielidee • regelgerechtes Spielen auf dem Halbfeld <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsphasen/ -merkmale • Griffhaltung, Schwungschleife, Treffpunkt, Flugkurve • grundlegendes Regelwerk • Aufschlag, Vorhand, Rückhand, Clear, Return 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Fortschritte • Erläuterung einfacher graphischer Darstellungen • konzentriertes Üben/ Frustrationstoleranz • Grundlegende Regelkenntnisse • Auf- und Abbau der Netze <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstrationen: hoher Aufschlag, Ballkontrolle Vh/Rh

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 15	Nummer des UV: 22
Beinschlag, Armzug, Atmung, ... – Erlernen des Kraulschwimmens		
BF/ SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Erlernen der Kraultechnik einschließlich Start und Wende 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine Wechselzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koodinativ höherem Niveau sicher ausführen. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Benennen von relevanten Bewegungsmerkmalen • MK: methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Beinschlag • Armzug • Atmung • Koordination • Start • Kipp-/Rollwende 	<ul style="list-style-type: none"> • Informationen zu den Teilbewegungen (Lehrfilme) • Vormachen – Nachmachen • Lehrer-/Schülerkorrektur • Gruppenarbeit • individuelle Förderung 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erkennen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Lernbereitschaft • Qualität und Kontinuität der mündlichen Beiträge • Entwicklung des Leistungsstandes
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Schwimmbad • Körperrotation • Wechselschwimmart • Freistil • 2er Rhythmus Atmung • kontinuierlicher Beinschlag • Flexibilität im Fußgelenk • Phasen des Armzugs 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der Technik auf einer Kurzbahn (Bewegungsqualität) • 25m Kraulschwimmen mit Zeitmessung

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 15	Nummer des UV: 23
Wie wir uns retten können! – Sicheres und ausdauerndes Schwimmen in Brustlage		
BF/ SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Wagnis und Verantwortung (c) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Tauchen, Streckentauchen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Handlungssteuerung (c) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremddrettung sachgerecht nutzen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: relevante Bewegungsmerkmale benennen • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • UK: das eigene Können und mögliche Gefahren abschätzen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Ausdauerschwimmen bis 30 min in Brustlage • Transport von Personen • Maßnahmen zur Selbstrettung • Rettungsgriffe • an Land bringen von Personen • Streckentauchen/Tauchen 	<ul style="list-style-type: none"> • Bahnschwimmen über längere Zeiträume (bis 30 min) • in Partnerarbeit verschiedene Abschlepptechniken durchführen/Rettungsgriffe anwenden/Partner an Land bringen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Einsatzmöglichkeiten der unterschiedlichen Rettungsmöglichkeiten 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung grundlegender Fähig- und Fertigkeiten beim Rettungsschwimmen und Erweiterung von Erfahrungen für ein kompetentes Verhalten im Gefahrenbereich Wasser
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Abschlepptechniken • Achsel-, Kopf-, Fesselschleppgriff • Rettungsgriffe • Befreiungsgriff • Waden-, Oberschenkel-, Magenkrampf • Druckausgleich • Schlüssellocharmzug • Gleitphase 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Langzeitausdauer bis 30 min • Demonstration des Transport- und Rettungsschwimmens • Streckentauchen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 24
Springen wie Fosbury – Hochsprung als eine neue leichtathletische Disziplin		
BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungskönnen (a) • Leistung (d) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Leistungsverständnis im Sport (d) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten erläutern • MK: sportliche Leistung analog oder digital erfassen und anhand von Diagrammen dokumentieren • UK: Bewegungsabläufe kriterienbegleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • ein-/vierbeinige Sprünge (Hocksprung, Rolle vw, Scherensprung, Wälzer • Standflop • bogenförmige Anlauf und Absprung • Flop-Technik • Messen der Lattenhöhe 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben unterschiedlicher Sprungtechniken • Visualisierung der Flop-Technik • EÜ am Mattenberg/Sprunganlage 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Aufzeigen der Bewegungsmerkmale der einzelnen Phasen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigen der Sprungsituationen • Sicheres Anwenden der Technik (Steigerungslauf, Absprung mit dem lattenfernen Bein, Überqueren der Latte, Landung)
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Erfinder: Dick Fosbury 1968 • Anlaufgeschwindigkeit • Absprungwinkel • Diagonalhochführung des Schwungbeins • Überquerungsverhalten 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration • Erfüllen der Norm für das Dt. Sportabzeichen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 6	Nummer des UV: 25
Das Spiel mit dem Gleichgewicht – Gleiten und Fahren auf Rollgeräten		
BF/ SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wassersport	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungskernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gleiten und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen • gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Anforderungen in Fortbewegungsformen mit dem an der Schule vorhandenem Material • Tricks, Richtungsänderungen • Sicherheits- und Wagnisaspekte 	<ul style="list-style-type: none"> • Stationenlernen • Einzel- und Gruppenübungen • Erproben verschiedener Schwierigkeiten, z.B. Tricks, Slalomparcours • Differenzierung • Imitationslernen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheitsaspekte • Bewegungsmöglichkeiten mit den verschiedenen Geräten • Aufbau eines Parcours 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Beherrschung des Geräts • Gleichgewicht • Tempo-, Richtungs-änderungen • Erläutern und Anwenden notwendiger Regeln und Sicherheitsaspekte • Beurteilung des eigenen Leistungsvermögens
		Fachbegriffe:	Punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigung eines Parcours

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 26
<p>Ich kann pritschen und baggern! – Die Volleyballgrundtechniken des oberen und unteren Zuspiels lernen und verstehen sowie im 3 mit/gegen 3 unter Ausnutzung der Kontaktregel anwenden</p>		
<p>BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungskernen (a) • Kooperieren und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Volleyball 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportsspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktion und Effekten erläutern • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten erläutern • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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"> • Übungsreihen zum Pritschen und Baggern eines Balles in Einzel-, Partner- und Gruppenübungen • Visuelle Veranschaulichungen durch Schülerdemonstration, Lehrbildreihen und Lernvideos • Spiel 3 mit 3 • Spielform 3 gegen 3 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Absprache über Spielregeln • Beobachtungen von Schülerdemonstrationen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Verhalten in Übungs- und Spielsituationen • spielbereite Position • Körperstreckung • Genauigkeit und Höhe des Zuspiels
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Ausgangsstellung • Körperstreckung und Armführung • Treffpunkt des Balles, • Ganzkörperstreckung, • Schlüsselform der Hände • Timing, Koordination und Einnehmen der spielbereiten Position 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von Annahme und Zuspiel

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 27
Ein unbekanntes Endzonenspiel entdecken – Technisch-koordinative sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten im Ultimate Frisbee		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • ein Endzonenspiel unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele kriteriengeleitet in Ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander... beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Wurftechniken: Vor-, Rückhand und Over-Head • Fangtechniken: Sandwich-Catch und einhändiges Fangen • Spielen mit Ball /Ring • 10 Spielregeln • Sicherheitshinweise 	<ul style="list-style-type: none"> • Partner-, Gruppenübungen • Spiel- und Übungsformen zum Werfen und Fangen • Erproben von Spielformen mit reduzierter Anzahl von Spielregeln (Variation nach Bedarf) 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Was ist der Spirit of the Game? • Festlegen von Spielregeln • Spielregeln variieren • Spielgerät variieren 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Spielbeobachtung • Fair-play • Technik und Taktik in jeweiliger Spielform • Eigenverantwortliche Durchführung
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Spirit of the Game • Endzone • Over-Head • Sandwich-Catch • Flip-Auslösung • Line-Up • Pull-Anwurf • Turn-Over • Foul • Passspiel • Sternschritt 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Technik und Taktik im Spiel

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 28
Ganz schön mutig! – Erarbeitung und Präsentation einer akrobatischen Gruppengestaltung		
BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Bewegungsgestaltung (b) • Wagnis und Verantwortung (c) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Akrobatik 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Gestaltungskriterien (b) • Variation von Bewegung (b) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren, • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: ausgewählte Ausführungskriterien benennen, • SK: das Gestaltungskriterium Raum beschreiben • MK: kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden, • UK: gestalterische Präsentationen beurteilen, • UK: Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente beurteilen und sich für oder gegen sie entscheiden. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Spiele, die Vertrauen und Körpernähe beinhalten • Grundlegende Regeln zur Partnerakrobatik und zum Pyramidenbau • Aufgreifen von Bodenturnelementen • Partnerakrobatik • Pyramiden zu dritt, zu viert und mehr 	<ul style="list-style-type: none"> • Unterrichtsgespräch • Partner-/Gruppenarbeit • Arbeitsblätter mit Akrobatikelementen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Sicherheits-/und Gesundheitsaspekte • Gestaltungskriterien 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Helfen und Sichern • Zusammenarbeit • Engagement
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Bankstellung • Körperspannung • biomechanische Grundlagen (gerade Wirbelsäule, korrekter Auf- und Abstieg...) • Kooperation und Absprache 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Schwierigkeit/Originalität • Technik: korrekte Ausführung, Haltung und Spannung • Übergänge von einer Figur zur anderen

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 29
Ballkontrolle gewinnen – Fußballerische Fertigkeiten vertiefen und in selbst entwickelten Konzentrationsübungen anwenden		
BF/ SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Fußball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekterläutern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und Kriterien geleitet modifizieren • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniken erlernen • Techniken vertiefen • Schüler/innen entwerfen Kriterien orientiert selbst Fußballspielformen, in denen die Konzentrationsfähigkeit besonders gefordert wird (z.B. durch Zusatzaufgaben geben, kleine Ziele treffen, nur bestimmte Mitspieler anspielen, mit dem „schwachen“ Bein spielen...) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vertiefung bekannter Techniken und Erlernen neuer Techniken in Stationsarbeit • Anwendung in spielerischen Situationen • Entwerfen neuer Spielformen, die zusätzlich auch die Konzentration schulen sollen • Eigenverantwortliches Arbeiten in Gruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sinnvoller Einsatz bekannter und neuer Techniken im Spiel • Bedeutung von Konzentration im Spiel • Entwicklung von Kriterien für die zu entwickelnden Spielformen • Bewertung der entwickelten Spielformen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben • Qualität der technischen Ausführungen
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vollspann • Innenspann • Außenspann • Innenseitstoß • Konzentration 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der in Gruppen entwickelten Spielform (Umsetzung der Vorgaben und Erfüllung der gemeinsam erarbeiteten Kriterien)

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 30
<p>Mehr als Seilspringen?! – Fitnessgymnastik am Beispiel Rope Skipping: Kunststücke mit dem Seil erproben, verbinden und präsentieren</p>		
<p>BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Bewegungsgestaltung (b) • Gesundheit (f) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Variation von Bewegung (b) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Gestaltungskriterien (b) • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) • Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen • SK: das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben • SK: Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben • MK: grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • MK: Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten • MK: kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden • UK: die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen • UK: gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen • UK: gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen • UK: den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Charakteristik Rope Skipping (mehr als Seilspringen?) • Sprungvarianten des Rope Skippings • Kriterien der Bewegungsgestaltung und -umsetzung kennen lernen und anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrerbeitrag zum Rope Skipping • Partner- oder Gruppenarbeit • Lernen und Üben nach Visualisierungen • begleitender spielerischer Umgang mit dem Seil • Kriterien Methodischer Übungsreihen (Vom Leichten zum Schweren, ...] 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen, spezifiziert für Rope Skipping 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zum Einlassen auf die Unterrichtssituation • Konzentriertes und konsequentes Choreographieren • Übernahme von Verantwortung für die Gruppe/ den Partner
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen, spezifiziert für Rope Skipping 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer eingeübten Partner- oder Gruppenkomposition

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 31
<p>Das habe ich ja noch nie gemacht! – Kugelstoßen als eine neue leichtathletische Disziplin</p>		
<p>BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungskörper (a) • Leistung (d) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen • MK: grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • MK: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen • UK: die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihe • 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 oder Drehstoßtechnik • Lehrerzentriertes Üben • Partnerbeobachtung • (Videoanalyse) 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Reflexion der Technik unter Zuhilfenahme digitaler Medien 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Einhalten der Sicherheitsmaßnahmen • Teilnahme am UG • Auf- und Abbau der Stoßanlage • schrittweises Erarbeiten der Bewegungskriterien • Kenntnis und Anwendung von Bewegungsmerkmalen • Unterstützung unterrichtsbegleitender Maßnahmen
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Beschleunigungsweg • Vorspannung • Nacheinander der Einzelimpulse • Stoßauslage • Standstoß • Auftaktbewegungen/Angleiten • Regelkunde (Sektor, Stoßbalken, Stoßkreis, Messpunkte) • Schnellkraft 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Technik- und Leistungsüberprüfung Standstoß • Bewegungsqualität • Weite

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 32
<p>Und noch höher, schneller, weiter! – Sich in drei leichtathletischen Disziplinen auf einen selbst zusammengestellten Wettkampf vorbereiten, ihn durchführen und auswerten.</p>		
<p>BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsverständnis im Sport (d) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen • MK: sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen • UK: die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl von drei leichtathletischen Disziplinen • selbständiges Üben der gewählten Disziplinen • Leistungsermittlung durch SuS 	<ul style="list-style-type: none"> • Projektartiges Arbeiten • Disziplinauswahl durch Erproben bzw. Abwägung von persönlichen Stärken • 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, Latenüberquerung, Landung) • Weitsprung (Übungen zum Anlauf, Absprung, Flug, Landung) • Kugelstoßen (Übungen zum Angleiten, Stoßauslage, Abstoß) • Stationenarbeit (reaktivierend und vertiefend sowie korrigierend) • selbständiges Messen der Leistungen 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Auswahl geeigneter Disziplinen vor dem Hintergrund der eigenen Leistungsfähigkeit 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • zielführendes selbständiges Üben unter Beachtung der Materialien • gegenseitiges Helfen • Einlassen auf die Projektsituation
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Technikmerkmale der einzelnen Techniken 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Leistungsmessung • Leistungen nach Normtabellen

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 33
Nur Fliegen ist schöner – Herausforderung Minitrampolin		
BF/ SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Wagnis und Verantwortung (c) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung (c) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koodinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. • MK: Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern. • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. • UK: komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • das Minitrampolin als Absprunghilfe nutzen • Grundsprünge am Minitrampolin erlernen • Evtl. Choreographie mit mehreren Minitrampolins • Evtl. vom Streck sprung zur Flugrolle oder Salto vw. 	<ul style="list-style-type: none"> • Katalog von Grundsprüngen „vorlegen“ • Erproben von einfachen Sprüngen und erlernen komplexer Sprünge mithilfe methodischer Übungsreihen • Beobachtungsbogen bzw. Einsatz digitaler Medien zur Verbesserung der Bewegungsvorstellung und -qualität 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Sprünge hinsichtlich ihrer Schwierigkeit bzw. ihres Risikos reflektieren und beurteilen • Sinnhaftigkeit des Einsatzes von Beobachtungsmöglichkeiten diskutieren 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung und Berücksichtigung der Bewegungsanweisung • Funktionsgerechtes Helfen und Sichern • Reflektion der eigenen Bewegung
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Konditionelle Voraussetzungen • den Sprung in Phasen unterteilen (Anlauf, Absprung, Flug, Landung) und auf die einzelnen Funktionen eingehen • physikalische Grundprinzipien erläutern: Ein- und Ausfallswinkel, Rotationsgeschwindigkeit, Impulsunterstützung 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration von Sprüngen

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 34
Aerobic, Hip Hop, Jumpstyle & Co. – Fitnessverbesserung, Bewegungsgefühl und Rhythmusanpassung durch eine selbst gewählte Erscheinungsform		
BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltungskriterien (b) • Variation von Bewegung (b) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen • MK: kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden • MK: Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten • UK: gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> eine moderne Form des Tanzens bzw. der Gymnastik kennen lernen eine Bewegungsgestaltung erarbeiten und präsentieren 	<ul style="list-style-type: none"> GA Vorbereiten/ Sammeln von Bewegungserfahrungen – Erlernen – Variieren – Gestalten 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 Präsentation 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> Teile der Choreographie auf die Einhaltung der Gestaltungskriterien überprüfen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> Beiträge zur Gruppengestaltung Einlassen auf die Thematik konzentriertes, selbständiges, zielführendes, fundiertes Arbeiten
		Fachbegriffe: <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 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> Präsentation der Gruppengestaltung Beobachtungskriterien: Bewegungssicherheit, -genauigkeit, -rhythmus, -schwierigkeit, -vielfalt, -synchronität

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 35
Wir spielen mit- und gegeneinander – Überkopfschläge (Clear, Drop, Drive) und am Zielspiel orientierte Spielformen; Wettkämpfe organisieren und als Schiedsrichter leiten		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e)
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele: Badminton 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sportspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktion und Effekten erläutern • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Priorität der Überkoppschläge • Einführung Clear und Drop, evtl. Drive • Regelgerecht Wettkämpfe bestreiten und leiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Methodische Übungsreihe zu ausgewählten Schlagtechniken • Benennen und Anwenden von Regeln • Zielspielnahe Spielform • Sich mit anderen in der Wettkampfsituation messen • Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ausführung der Schlagtechniken • Schlagarten und ihre Funktion im Spiel (Taktik) • Ausgewählte Auszüge aus dem Regelwerk (Spielfeldbegrenzung, Angabe, Punkte zählen) <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Griffhaltung • Schwungschleife • Pronation • Treffpunkt • Flugkurve • Regelwerk 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • technische Verbesserungen • Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration der gelernten Schläge in Wettkampfsituationen

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 36
<p>Das Volleyball-Spiel gezielt aufbauen – Den Ball mit dem Unterhandaufschlag ins Spiel bringen, funktionelles Baggern als Annahme, funktionelles Pritschen als Stellspiel und diese Fähigkeiten im Kleinfeldvolleyball (2:2; 3:3) nutzen</p>		
<p>BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Volleyball 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlicher Bewegung (a) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlichen Handelns erläutern • MK: einfache analoge und digitale Darstellung zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und 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 	<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 • Übungsformen zum funktionellen Pritschen und Baggern • spielnahe Komplexübungen zum Annehmen und Stellen • Spielformen mit taktischer Ausrichtung 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Technische Fertigkeiten und Taktische Fähigkeiten in Übungs- und Spielsituationen <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aufschlagspieler, Annahmespieler, Stellspieler, Angreifer • Spielfeld, Grundlinie, Angriffslinie... • Regeln: Dreierkontakt, Netzberührung, Übertreten • Annahme: Bereitschaftsstellung, 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>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • selbständiges bzw. angeleitetes Erlernen und Üben • Beiträge zum UG • Vor- und Nachbereitung des Unterrichtsmaterials, -raums • Einlassen auf die Unterrichtssituation • individuelle Lernfortschritte • Fähigkeit zur Einordnung von • Techniken • selbständig Lernvoraussetzungen schaffen <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Techniküberprüfung: Annahme bzw. Stellen • Spielüberprüfung • Funktionalität der Bewegungen • situationsangemessenes Anwenden in der Spielsituation

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 37
Liegestütze, Kniebeugen, Crunches – Krafffähigkeiten trainieren (lernen) und testen		
BF/ SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Motorisch Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Trainingsplanung und Organisation (d) • Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben • SK: grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben • MK: einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen • UK: gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • fitnessorientiertes Krafttraining kennenlernen, durchführen und verstehen • die Kraftfähigkeiten testen und individuell verbessern 	<ul style="list-style-type: none"> • Krafttest • angeleitetes Training durch SuS bzw. L • Kraftcircuit • Stationentraining 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Möglichkeiten des Krafttrainings: Mit/ ohne Geräte, Partner, dem eigenen Körpergewicht • Trainingsmethode: Maximalkraft vs. Kraftausdauer 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Beiträge zu UG • Sachrichtigkeit • Motivation/ Einlassen auf die Trainingssituation
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Liegestütz, Crunches, 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 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • KT in GA vorbereiten (und evtl. durchführen) • Sach- und Methodenkompetenz

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 38
Let's play basketball! – Vermittlung grundlegender basketballtypischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit.		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Basketball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen. • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination mit dem Basketball • sportspielspezifische Techniken und Taktiken (Passen und Annehmen, Wurftechniken, Abwehraktionen, Sternschritt) erlernen und in Spielsituationen anwenden. • in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel (zum Beispiel 4:4) angemessen handeln (zum Beispiel Anbieten, Passen und Freilaufen, sich gegenseitig helfen). • wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben. • regelgerecht und fair spielen. • Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiertes Konzept • Turnierformen • Selbständiges Stationenlernen • Üben in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ehrfahrungsaustausch über den Umgang mit dem „neuen Gerät“ Basketball, • Demonstration, Erprobung und Reflexion der Techniken „Passen und Fangen“, Dribbeln, Positionswurf, • Erproben und Reflektieren der „Mann-Mann“-Verteidigungsstrategie. 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität • Mannschaftsdienlich spielen, auf Mitschüler/innen eingehen • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen, • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben, • Individuelle Verbesserung
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passen und Fangen • Dribbeln • Sternschritt • Positionswurf • „Mann-Mann“-Verteidigung 	<p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der qualitativen Ausführung der erlernten Techniken und Taktiken und deren Anwendung im Spiel

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UV: 6	Nummer des UV: 39
Auf sportliche Aktivitäten vorbereitet sein – Das Aufwärmen begreifen sowie selbständig funktionales Aufwärmen planen und durchführen		
BF/ SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Allgemeines und spezielles Aufwärmen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern. • MK: die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten. 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Aufwärmen in seiner Funktionalität erproben, erlernen und reflektieren • ein Aufwärmprogramm für die Klasse vorbereiten und bewerten 	<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 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Pulskontrolle vor und nach der Belastung • Systematisches Dehnen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • sich bewusst und gezielt aufwärmen • konzentriertes und den Funktionen entsprechendes persönliches Aufwärmen • Beiträge zur Reflexion des Aufwärmens
		Fachbegriffe: <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 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • ein Aufwärmprogramm vorbereiten und durchführen • Beobachtungskriterien: Umfang, Intensität, Aufbau, Inhalts- und Zielgruppenorientierung sowie Motivierung

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 9	Nummer des UV: 40
<p>Judo? Fechten? Sumo? – Sich auf ausgewählte Angriffs- und Verteidigungstechniken einer normierten Form des Zweikampfes einlassen und diese in einem reglementierten Rahmen üben, anwenden und reflektieren</p>		
<p>BF/ SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wagnis und Verantwortung (c) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kämpfen mit- und gegeneinander <p>Hinweis: Durch Festlegungen in den Rahmenvorgaben für den Schulsport sind alle Elemente aus Sportbereichen, die als Ausgangspunkt oder Zielsetzung bedrohliche Situationen des Schlagens, Stoßens und Tretens oder der praktischen Anleitung zur bewussten Verletzung eines Gegners zum Inhalt haben, für die Umsetzung im Rahmen des Sportunterrichts nicht erlaubt!</p>	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Handlungssteuerung (c) • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c) • Interaktion im Sport (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern • SK: emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben • SK: die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • MK: Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden • MK: Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen • UK: komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 • Unterschiedliche Formen des Fallens, Haltens und Befreiens • Unterschiedliche Formen des Ausweichens, Blockens und Fintieren • Angriff und Verteidigung im Rahmen eines Zweikampfwettbewerbes 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren grundlegender Strategien und Verfahren in Kampfsituationen • Erarbeitung grundlegender Regeln in Kampfsituationen • Kriteriengeleitetes Partnerfeedback geben 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Regelgerechtes und faires Verhalten in Kampfsituationen • Regeln entwickeln und einhalten • auf intensiven körperlichen Kontakt einlassen • Anstrengungsbereitschaft • Rücksichtnahme
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung des regelgerechten, fairen und erfolgreichen Verhaltens in einer Zweikampfsituation

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 41
<p>Angriffe im Volleyball vorbereiten und ausführen – In Übungs- und Spielformen die Technik des Angriffsschlags erlernen und nach einem genauen Zuspiel ausführen</p>		
<p>BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</p>	<p>Inhaltsfelder:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
<p>Inhaltliche(r) Kern(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Volleyball 	<p>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
<p>Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK):</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	<p>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und 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 • Spielformen 3:3 und 6:6 • Schlagen des gehaltenen und angeworfenen Balles die Gasse • Schlagen des über Netzhöhe gehaltenen Balles und des hoch angeworfenen und gestellten Balles • spielnahe Technikübung: Angriffsschlag nach Zuspiel und gestelltem Ball 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der individuellen Handlungsoptionen in verschiedenen Spielsituationen • siehe Kompetenzerwartung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erläuterung von Abbildungen (Phasenstruktur)
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • funktionelles Pritschen • Schmetterschlag (Anlauf, Stemmschritt, Beistellschritt, Doppelschwung) • Bewegungsphasen / -merkmale • technische Ausführungsmerkmale normierter Bewegungen 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung einer Spielsituation unter vorgegebenen Kriterien (Stellen und Schmettern)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 42
Angriff ist die beste Verteidigung! – Verbesserung des individualtaktischen Verhaltens im Angriff und zentraler Angriffsschläge im Badminton		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Leistung (d) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Partnerspiele: Badminton 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen • MK: einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • UK: den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten • UK: die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Primat des Angriffs • Individualisiertes taktisches Verhalten im Badminton-Einzel: 4 Kategorien taktischen Verhaltens: Fehler vermeiden; dem Gegner keine Punkte erlauben; den Gegner zu Fehlern zwingen; direkte Punkte erzielen • technisch-koordinative Fertigkeiten der Angriffsschläge Smash und Drop 	<ul style="list-style-type: none"> • Partneranalyse, -arbeit anhand eines Kriterienkatalogs Individualtaktik • zielspielorientierte taktische Entscheidungen erarbeiten und erproben • Vergleich Vorhand-Überkopf-Clear und Angriffsschläge Smash und Drop 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	<p>unterrichtsübergreifend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • taktisches Verhalten ableiten können • Bewegungsanalyse Smash und Drop
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration erfolgreichen Angriffsverhaltens in der Spielsituation

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 43
Eigene Schwerpunkte beim turnerischen Bewegen finden – Eine Übungsfolge an einer Gerätekombination entwickeln und sicher (evtl. mit Sicherheits- bzw. Hilfestellung) turnen können		
BF/ SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Bewegungsgestaltung (b) • Wagnis und Verantwortung (c) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Gestaltungskriterien (b) • Handlungssteuerung (c) • Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen • SK: die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern • MK: Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern • MK: die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten • MK: grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden • MK: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen • UK: die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen • UK: gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen • UK: komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • individuelle Übungsfolge aufgrund der Einschätzung des eigenen Könnens zusammenstellen, selbständig üben und präsentieren • SuS-/ L-Hilfen bei Bedarf einfordern • selbständige Auswahl an Geräten aus dem klassischen Gerätekanon 	<ul style="list-style-type: none"> • individualisiertes Lernen und Üben 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Sicheres und effektives Auf- und Abbauen • Hilfe- und Sicherheitsstellung anbieten und fordern • konzentriertes und konsequentes Zusammenstellen und Üben
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen • Bezeichnungen für Turnübungen (z.B. Rolle, Felge, ...) • Bezeichnungen für Helfergriffe (z.B. Klammergriff, ...) • klassische Turngeräte (z.B. Reck, ...) 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer Übungsfolge nach festgelegten Kriterien

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 44
Fit und gesund – Ausdauerndes Laufen am Beispiel eines 30-Minuten-Laufs		
BF/ SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Aerobe Ausdauerfähigkeit 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) • Trainingsplanung und -organisation (d) • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) • Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben • SK: ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern • SK: Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben • MK: Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren • MK: einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen • MK: sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren • UK: die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen • UK: gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Spiel- und Trainingsformen zur Verbesserung der aeroben Ausdauer • Individuelles Trainingsprogramm zur Leistungsverbesserung 	<ul style="list-style-type: none"> • abwechslungsreiches Lauftraining • Belastungsparameter bestimmen (z.B. Puls, ...) • Fortsetzung des unterrichtlichen Trainings in häuslicher Arbeit 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Motivation • Auswertung der Einheiten • evtl. Leiten einer Trainingseinheit
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • 30-Minuten-Lauf „Feldhausrunde“ • Trainingstagebuch

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 45
Wie spielt man eigentlich woanders? – Ein Spiel aus einer anderen Kultur spielen und verstehen, z.B. Baseball, Ultimate Frisbee, o.a.		
BF/ SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Spiele aus anderen Kulturen 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • MK: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • UK: den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen • UK: den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Merkmale des gewählten Spiels erproben, erarbeiten, erläutern und einordnen • Reflexion und Variation von Regeln • Phasierung und Bewegungsmerkmale von Bewegungsabläufen 	<ul style="list-style-type: none"> • Imitationslernen • Reflexion von Regeln in GA 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen in Abhängigkeit vom gewählten Spiel 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Entwicklung des individuellen Spielvermögens • Einlassen auf fremde Spielideen • Teilnahme an der kriterienorientierten Spielentwicklung
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen in Abhängigkeit vom gewählten Spiel 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Spieldemonstration

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 46
Einen Schritt weiter – Step-Aerobic: Eine Gruppe-Choreografie erarbeiten und präsentieren sowie nach gemeinsam entwickelten Kriterien bewerten		
BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) • Leistung (d) • Gesundheit (f) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Ausgangspunkte von Gestaltungen (b) • Gestaltungskriterien (b) • Leistungsverständnis im Sport (d) • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f) • Gesundheitsverständnis und Körperbilder (f) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen & Bewegungsrichtungen) beschreiben • SK: ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen • SK: Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben • MK: unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen • MK: Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten • MK: kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden • UK: die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen • UK: gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen • UK: den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren • UK: gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • Bein- und Armbewegungen der Step-Aerobic recherchieren, lernen, vermitteln • Step-Aerobic Elemente in Gruppen zu einer Gruppengestaltung arrangieren • Kriterien der Bewegungsgestaltung und -umsetzung kennen lernen und anwenden 	<ul style="list-style-type: none"> • Lehrer-/Schülerpräsentationen • Gruppenarbeit • Beobachtungsaufgaben 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen, spezifiziert für Step-Aerobic 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Bereitschaft zum Einlassen auf die Unterrichtssituation • Konzentriertes und konsequentes Choreographieren • Übernahme von Verantwortung für die Gruppe
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen, spezifiziert für Step-Aerobic 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation einer am erarbeiteten Kriterienkatalog orientierten Gruppengestaltung

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UV: 12	Nummer des UV: 47
Handball – Vermittlung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der allgemeinen Spielfähigkeit		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Handball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • MK: einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordination mit dem Handball • sportspielspezifische Techniken und Taktiken erlernen und in Spielsituationen anwenden • in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch im reduzierten Zielspiel (zum Beispiel 4:4) angemessen handeln (zum Beispiel Anbieten, Passen und Freilaufen, sich gegenseitig helfen) • wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben • Wesentliche Handballregeln kennenlernen und einhalten • regelgerecht und fair spielen 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiertes Konzept • Kennenlernen aller Positionen durch Rotation • Selbständiges Stationenlernen • Üben in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ehrfahrungsaustausch über den Umgang mit dem „neuen Gerät“ Handball, • Demonstration, Erprobung und Reflexion der Techniken „Passen und Fangen“, Prellen, Schlagwurf, • Unterschiedliche Aufstellungsformen erproben und reflektieren, • Vergleich der Gruppentaktiken Raumdeckung und Manndeckung. 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität • Mannschaftsdienlich spielen, auf Mitschüler/innen eingehen • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen, • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben, • Individuelle Verbesserung, • Regelkenntnisse.
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Passen und Fangen • Prellen • Schlagwurf • Raumdeckung - Manndeckung 	<p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der qualitativen Ausführung der erlernten Techniken und Taktiken und deren Anwendung im Spiel

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 48
Wir spielen gegeneinander! – Selbstorganisierte wettkampforientierte Spielformen im Volleyball		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Wagnis und Verantwortung (c) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Volleyball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen (c) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern • SK: emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • MK: in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen • MK: Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anwendung der technisch-koordinativen Fertigkeiten und taktisch-kognitiven Fähigkeiten des Volleyballspiels in herausfordernden und variationsreichen Wettkampfsituationen • Selbstorganisation als Ziel 	<ul style="list-style-type: none"> • Regeln kennen und variieren • Sammeln und Festlegen von Wettkampfformen • Schiedsrichtersignale kennen lernen • Gruppenarbeit 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen <hr/> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Kompetenzerwartungen 	<p>unterrichtsbegleitend/ punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwickeln von gruppenadäquaten Wettkampfformen • Einbringen in das Vor- und Nachbereiten der Wettkämpfe • Einlassen auf pädagogisch orientierte Regelanpassungen • Erfolgreiches Bewältigen der Wettkampfsituation • Teamfähigkeit • Übernahme von Schiedsrichterfunktionen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 49
Streetball – Verdeutlichung des „Fair Play“ am Beispiel des Basketballspiels im 3:3 ohne Schiedsrichter		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Basketball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine Sportspielvariante (Streetball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen. 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Techniken (zum Beispiel Passen und Annehmen in der Bewegung, Wurftechniken, Angriffs- und Abwehraktionen, Sternschritt) erlernen bzw. vertiefen und in Spielsituationen anwenden. • in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch angemessen handeln (zum Beispiel Anbieten, Passen und Freilaufen, Hinterlaufen, sich gegenseitig helfen, Übergeben – Übernehmen). • wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben. • regelgerecht und fair – auch ohne Schiedsrichter/in spielen. • Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiertes Konzept • Turnierformen • Selbständiges Stationenlernen • Üben in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • „Fair Play“ – Gedanke: inhaltliche Erarbeitung und kritische Auseinandersetzung, • Vergleich zwischen Spielformen mit und ohne Schiedsrichter, • Umgang mit Regelverstößen selbständig regeln. 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen, • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität, • Mannschaftsdienlich spielen, auf Mitschüler/innen eingehen • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen, • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben, • Individuelle Verbesserung.
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fair Play • Freilaufen und Decken • Manndeckung • Give and Go • Rebound • Positionswurf • Korbleger • Sprungwurf 	<p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der qualitativen Ausführung der erlernten Techniken und Taktiken und deren Anwendung im Spiel

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 8	Nummer des UV: 50
Der Körper als Ausdrucksquelle – Eine Einführung in das Bewegungstheater		
BF/ SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsgestaltung (b) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b) • Ausgangspunkte von Gestaltungen (b) • Gestaltungskriterien (b) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen • MK: Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten • MK: kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden. • UK: die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <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 	<ul style="list-style-type: none"> • Impulse d. Lehrkraft ® GÜ • Gruppenpantomime: Vertrautwerden mit den vier Darstellungsbereichen • GÜ, PÜ: Erproben ® Erarbeiten ® Demonstrieren 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Mehrperspektivität des Sportunterrichts • siehe Kompetenzerwartung 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Verlässlichkeit • Teamgeist
		Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> • Pantomime als Körpersprache • imaginäre(r) Gegenstand, Raum, Kraft, Person • Gestik, Mimik, Haltung 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Ideenreichtum in erarbeiteten Spielphasen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 51
Orientieren, Reagieren, Umstellen, ... – Ein Koordinationstraining mit fußballspezifischem Schwerpunkt entwerfen, durchführen und reflektieren		
BF/ SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) • Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens (a) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben • MK: unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden • UK: Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Die SuS lernen die Koordinativen Fähigkeiten kennen und setzen sie in Beziehung zum Fußballspiel • Sie erproben dieses selbst an verschiedenen Stationen • Sie entwickeln Kriterien für ein fußballspezifisches Koordinationstraining und für einzelne Stationen • Sie entwickeln Kriterien geleitet selbst eine fußballspezifische Station, die die eine Koordinative Fähigkeit trainiert. 	<ul style="list-style-type: none"> • Eigenverantwortliches Arbeiten an Stationen und in Gruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Benennung der Bedeutung koordinativer Fähigkeiten im Fußball • Entwicklung von Kriterien für die zu entwickelnden Spielformen • Bewertung der entwickelten Spielformen 	<p>unterrichtsübergreifend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben • Qualität der technischen Ausführungen
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Koordinative Fähigkeiten: Definition im Allgemeinen, Definition der einzelnen koordinativen Fähigkeiten 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Qualität der in Gruppen entwickelten Station (Umsetzung der Vorgaben und Erfüllung der gemeinsam erarbeiteten Kriterien)

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 52
Handball – Vertiefung grundlegender handballerischer Fertigkeiten zur Förderung der Spielfähigkeit im 7:7		
BF/ SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • Mannschaftsspiele: Handball 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) 	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sportspielspezifische Techniken und Taktiken erlernen vertiefen und in Spielsituationen anwenden, • in Angriff und Abwehr individual- und gruppentaktisch angemessen handeln, • wesentliche Merkmale der Grundtechniken nennen und beschreiben. • Wesentliche Handballregeln kennenlernen und einhalten, • regelgerecht und fair spielen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Spielorientiertes Konzept • Selbständiges Stationenlernen • Üben in Kleingruppen 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration, Erprobung und Reflexion des Sprungwurfes, • Erprobung und Reflexion verschiedener Angriffstaktiken (Kreuzen, Einlaufen, Sperren), • Erprobung und Reflexion regelgerechten Zweikampfverhaltens. 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen • Benennen und beurteilen von Bewegungsmerkmalen als Ausdruck der Bewegungsqualität • Mannschaftsdienlich spielen, auf Mitschüler/innen eingehen • Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen, • Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben, • Individuelle Verbesserung.
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sprungwurf, • Kreuzen, Einlaufen, Sperren, • Schnelle Mitte • Blocken, Führen, Schieben, Festmachen. 	<p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewertung der qualitativen Ausführung der erlernten Techniken und Taktiken und deren Anwendung im Spiel

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 10	Nummer des UV: 53
Das geht noch besser! - Vertiefung und Verbesserung der bisher erlernten Hochsprungstechniken		
BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch- koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern • MK: analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: <ul style="list-style-type: none"> • bogenförmiger Anlauf und Absprung • Wiederholung der erlernten Techniken: • Schersprung und Wälzer • Flop- Technik • Individuelle Bewegungsanalyse 	<ul style="list-style-type: none"> • EÜ am „Mattenberg“ • EÜ an Sprunganlage (zunehmende Wettkampfnähe) • Individuelles Feedback über die Bewegungsqualität mithilfe von digitalen Medien und visueller Rückmeldung in Partnerarbeit/Gruppenarbeit 	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> • Videoanalyse der Bewegungsabläufe ermöglicht ein verbessertes Feedback durch die Mitschülerinnen und die Lehrkraft • siehe Kompetenzerwartung 	unterrichtsbegleitend: <ul style="list-style-type: none"> • Bewältigen der Sprungsituationen • sicheres Anwenden der Technik • kräftiger Absprung nach flüssigem Anlauf • Absprung zum Flop in Nähe des anlaufseitigen Hochsprungständers • Fehlerkorrektur und Verbesserung
		Fachbegriffe: <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 	punktuell: <ul style="list-style-type: none"> • Technikdemonstration • Erfüllen der Norm für das Dt. Sportabzeichen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UV: 6	Nummer des UV: 54
Alles ist (nicht) relativ! – Leistungen in der Leichtathletik unter den Aspekten der Fairness, der Partizipation und der Geschlechtsspezifität in Form von selbst erarbeiteten Relativwettkämpfen (im Hochsprung) neu bewerten		
BF/ SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: <ul style="list-style-type: none"> • Kooperation und Konkurrenz (e) 	
Inhaltliche(r) Kern(e): <ul style="list-style-type: none"> • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe 	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): <ul style="list-style-type: none"> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e) • Interaktion im Sport (e) 	
Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen (BWK): <ul style="list-style-type: none"> • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Relativwettkämpfe) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen 	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen: <ul style="list-style-type: none"> • SK: Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern • MK: Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren • UK: das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen 	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Entwickeln von leichtathletischen Relativwettkämpfen • Erstellen von Kriterien anhand derer die Leistung relativiert wird (z.B. Größe, Gewicht, bisheriger Leistungsstand, Erfahrung, Handicap, etc.) • Entwickeln von Einzelwettkämpfen • Gruppenwettkämpfe 	<ul style="list-style-type: none"> • Das Entwickeln der Wettkämpfe sollte möglichst selbständig erfolgen, um die Identifikation der Lerngruppe mit dem Wettkampf zu erhöhen • Gruppenwettkämpfe mit unterschiedlichen Zusammensetzungen (z.B. leistungsheterogene Gruppen, leistungshomogene Gruppen mit Handicap bei der leistungsstärkeren Gruppe, etc.) 	<p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> • SchülerInnen, die in den normierten leichtathletischen Wettkämpfen leistungsschwach sind, erhalten Möglichkeiten für Erfolgserlebnisse • siehe Kompetenzerwartung 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mitwirkung bei der Entwicklung der Entwicklung der Wettkämpfe • Verhalten in Leistungssituationen • Unterstützung bei Leistungserhebung und Einrichtung und Abbau der Wettkampfanlage
		<p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Erproben und Experimentieren • Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination 	<p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • relative Leistungsdaten (kriteriengeleitet)

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. Schwimmbzeichen 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 her- aus 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
<p>Selbstwahrnehmung, Reflexion des eigenen Lernweges, Selbstverantwortung lernen</p> <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 	<p>Eigene Ziele in Einklang mit denen anderer Menschen bringen</p> <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 	<p>Bewegungsbezogenes Wissen und Können</p> <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 	<p>Repertoire von Methoden, Verfahren, Techniken zur individuellen Wissens- und Könnensaneignung</p> <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 • Zielgerichteter Einsatz von neuen Medien (z.B. zur Bewegungsanalyse) • Lernmuster, -probleme und strategien reflektieren • Entscheidungen begründet treffen • Problemlösestrategien reflektieren, erwerben und anwenden