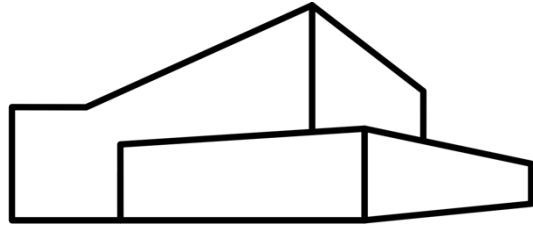


JOHANN-GOTTFRIED-
HERDER-GYMNASIUM



Schulinterner Lehrplan– Sekundarstufe I

Sport

17.04.2020

Inhalt

1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit	3
2 Entscheidungen zum Unterricht	6
2.1 Unterrichtsvorhaben.....	6

1 Rahmenbedingungen der fachlichen Arbeit

Fachliche Bezüge zum Leitbild der Schule

Sport genießt bei den Schülerinnen und Schülern des Herder-Gymnasiums Köln einen hohen Stellenwert. Dieser Stellenwert des Faches Sport drückt sich im Schulprogramm und im Leitbild unserer Schule aus. Das Herder-Gymnasium Köln folgt dabei einem ganzheitlichen, salutogenetischen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport unserer Schülerinnen und Schülern fördern will. Der Unterricht findet in allen Jahrgangsstufen gemäß SchulG NRW §2 Absatz 4 durchgängig koedukativ statt. Bei der Gestaltung des Unterrichts sind die Interessen von Jungen und Mädchen gleichberechtigt zu berücksichtigen.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Durch ihr Schulsportkonzept möchte sie den Schülerinnen und Schülern die Ausbildung einer mündigen, bewegungsfreudigen und gesundheitsbewussten Persönlichkeit ermöglichen, um durch Bewegung, Spiel und Sport überdauernd und langfristig die Freude an der Bewegung und am Sport zu erhalten sowie Gesundheitsbewusstsein und Fitness für die Bewältigung des Alltags und zum Ausgleich von Belastung in die Lebensführung integrieren zu können.

Unseren Schülerinnen und Schülern soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Schulsportwettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Wettkämpfen und für Schulsportmannschaften ein.

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

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,

- sich als selbstwirksam erfahren,

- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstregulation etc.),

- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,

- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,

- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler - sozial anerkannt und integriert wissen.

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

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

Fachliche Bezüge zu den Rahmenbedingungen des schulischen Umfelds

Das Johann-Gottfried-Herder Gymnasium ist ein fünfzügiges Gymnasium mit gebundenem Ganztags, an dem zurzeit über 1100 Schülerinnen und Schüler von über 90 Lehrpersonen unterrichtet werden.

Sportstätten der Schule:

Dreifachsporthalle in gemeinsamer Nutzung mit benachbarter Berufsschule

Schuleigene Sporthalle

Schulhof mit Fußball- und Basketballspielfeld sowie Weitsprunggrube

Sportstätten im Umfeld der Schule:

Nutzung städtischer Hallenbäder

Laufmöglichkeit in der Merheimer Heide

Kooperation mit Viktoria Köln – Nutzungsmöglichkeit des Leichtathletikstadions

Unterrichtliche Bedingungen

Die Fachkonferenz Sport tritt mindestens einmal pro Schulhalbjahr zusammen, um notwendige Absprachen zu treffen. In der Regel nimmt auch ein Mitglied der Elternpflegschaft sowie der Schülerversammlung an den Sitzungen teil. Außerdem finden innerhalb der Fachgruppe zu bestimmten Aufgaben weitere Besprechungen statt.

Sport wird die gesamte Schullaufbahn eines Schülers in der Regel dreistündig unterrichtet. Schwimmunterricht findet in der Jahrgangsstufe 6 für Schülerinnen und Schüler mit Schwimmabzeichen Bronze statt. In dieser Jahrgangsstufe wird das Fach Sport 4 ständig unterrichtet. In Abstimmung mit der Schulleitung hat die Fachkonferenz ein Schwimmkonzept (siehe Anlage 1) erstellt, was den Schwimmunterricht am Johann Gottfried Herder Gymnasium regelt. Die Fachkonferenz verpflichtet sich dieses umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Fort- und/oder Qualifizierungsmaßnahmen für Lehrkräfte im Schwimmen (u.a. Auffrischung der Rettungsfähigkeit gemäß Erlass zur Sicherheitsförderung).

Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten

Unsere Fachkonferenz hat beschlossen, dass in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts ein Sportfest und ein Sponsorenlauf durchgeführt werden.

Sponsorenlauf: Die Jahrgangsstufen 5 - EF führen einen Sponsorenlauf durch. Dieser wird von den Sporthelferinnen und Sporthelfer sowie der Jahrgangsstufe EF unter Anleitung der betreuenden Lehrkräfte ein Sponsorenlauf organisiert und umgesetzt. Der Erlös wird einem gemeinnützigen Zweck, zum Beispiel der Kinderhilfe e.V., zur Verfügung gestellt.

Sportfest: In den Jahrgangsstufen 5-9 wird im jährlichen Rhythmus ein Sportfest, in dem Ball- und Rückschlagsportarten durchgeführt werden, organisiert. Sporthelferinnen und Sporthelfer sollen die Aktivitäten unterstützen.

Sprint-Cup: Für die Jahrgangsstufen 5- EF wird der Sprint-Cup durchgeführt. Dieser wird durch den ASV angeleitet, durchgeführt und ausgewertet.

2 Entscheidungen zum Unterricht

2.1 Unterrichtsvorhaben

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

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

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

Bei der Verteilung der Unterrichtsstunden empfiehlt die Fachkonferenz Sport sowohl in der Jahrgangsstufe 6 den Sportunterricht 4-stündig (siehe Anlage 1) zu erteilen. Somit ist gewährleistet, dass neben der verbindlichen Doppelstunde im Schwimmbad, immer auch eine Doppelstunde Sport in der Halle erteilt wird.

Übersicht zu den Kernlehrplänen am J. G. H. Gymnasium

Stunden	Jgst. 5	Jgst. 6	Jgst. 7	Jgst. 8	Jgst. 9
1	UV Nr.1 BF 2 Spiele entdecken	UV NR. 9 BF 1 Gleichgewicht	UV NR. 19 BF 3 Laufen, Springen, Werfen erweitert	UV Nr 25 BF 3 Leichtathletik Hochsprung o. Kugel	UV 31 BF5 Le Parkour
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10	UV Nr. 2 BF 6 Rhythmus	UV NR. 10 BF 5 Geräte	UV NR. 20 BF 2 Baseball	UV Nr 26 BF 6 Stepaerobik / Aerobik	UV 32 BF9 Ringen und Kämpfen- Judo
11					
12					
13	UV NR. 3 BF 6 Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen mit / und ohne Handgerät	UV NR. 11 BF 4 Schwimmen Gleiten/ Tauchen	UV Nr. 21 BF 5 Mini-Tramp	UV Nr 27 BF 1 Fitnessstudio in der Sporthalle	UV 33 BF6 Standardtanz/ Hip Hop
14					
15					
16					
17					
18					
19	UV NR. 4 BF 7 Der Ball muss in den Korb Schwerpkt. Basketball	UV NR. 12 BF 4 Schwimmen Springen/ Tauchen	UV NR. 22 Ausdauernd Laufen Wir trainieren für den Sponsorenlauf	UV Nr 28 BF8 Waveboard	UV 34 BF 2 Flag Football
20					
21					
22	UV Nr. 5 BF 5 Boden	UV Nr. 13 BF 4 Schwimmen Technik	UV NR. 23 BF 7 Basketball erweitert	UV Nr 29 BF2 Frisbee	UV Nr 35 BF 7 Tischtennis
23					
24					
25	UV Nr.6 BF 9 Ziehkämpfe	UV NR. 14 BF 4 Schwimmen Ausdauer	UV NR. 24 BF 7 Tischtennis 2	UV Nr 30 BF 7 Wir bereiten uns auf Herder Sportfest vor. (Gruppentaktische Elemente in Ballspielen)	UV 36 b Optional * Stockkampg,...
26					
27					
28					
29					
30					
31	UV NR. 7 BF 3 Laufen, Werfen, Springen, ausdauernd laufen	UV Nr. 15 BF 1 Wie fit bin ich?	Optional: Sportspiel z.B. Volleyball	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
32					
33					
34	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 16 BF 7 Tischtennis	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
35					
36					
37	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 17 BF 6 Rope Skipping	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
38					
39					
40	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
41					
42					
43	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
44					
45					
46	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
47					
48					
49	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
50					
51					
52	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
53					
54					
55	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
56					
57					
58	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
59					
60					
61	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
62					
63					
64	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
65					
66					
67	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
68					
69					
70	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
71					
72					
73	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
74					
75					
76	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
77					
78					
79	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
80					
81					
82	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
83					
84					
85	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
86					
87					
88	Optional: Sportspiel z.B. Fußball	UV Nr. 18 Fahrrad- Check BF8	Optional: Sportspiel	Optional: Sportspiel	UV 37 b BF8 Eislaufen pflichtgemässe
89					
90					

Übersicht zu den Kernlehrplänen am J. G. H. Gymnasium

In den Kernlehrplänen ist das Schulschwimmen fest verankert. Da unsere Schule über nicht genügend Schwimmzeiten verfügt, wurden die Unterrichtsvorhaben (im folgenden UV genannt) 36b und UV37 b als Ersatz konzipiert. Sollte die Schule von der Stadt weitere Schwimmzeiten erhalten sollen diese UV mit den folgenden UV ersetzt werden:

UV Nr 36 a
BF4
Wir verfeinern unsere
<u>Kraultechnik</u>

UV Nr 37 a
BF 4
Rettungsschwimmen

Unterrichtsvorhaben:

Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in kleinen Spielen anwenden

Bewegungsfeld	Inhaltfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	D a	Laufende Nr. des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E / A	5	34, 29, 20,	9	1

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ⤴ Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen,
- ⤴ lernförderliche Spiele/Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zieleetzungen (z.B. Verbesserung der Konzentration) spielen
- ⤴ kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert 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

Methodenkompetenz:

- ⤴ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen
- ⤴ in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren

Urteilskompetenz:

- ⤴ sportliches Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte für die Organisation, Fairness und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere auf grundlegendem Niveau bewerten

Sachkompetenz:

- ⤴ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes Handeln benennen
- ⤴ sportartspezifische Vereinbarungen und Regeln in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Parteiballvariationen - Faire und selbstständige Teambildung - Von einfachen zu komplexen Spielen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teambildung - Teamfähigkeit - Kooperation - Kommunikation - Sozialverhalten 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren - Experimentieren mit unterschiedlichen Spielen (Regeln variieren und verändern) - Variieren und verändern - „Was ist mein Lieblingsspiel?“ <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben und Experimentieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche Spielformen <ul style="list-style-type: none"> - Miteinander - Gegeneinander - Paarweise - Gruppenweise - Parteiballvarianten <ul style="list-style-type: none"> - 10er-Ball - Linienball - Mattenball - Laufspiele - Fangspiele - Abwurfspiele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness - Kooperieren - Konkurrieren - Regeln 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sozialverhalten - Motivation - Anstrengungsbereitschaft <p>Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entwicklung eigener Spiele - Dokumentation der Spiele - Beurteilung der Spiele <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hilfe beim Auf- und Abbau - Ausprägung von sportmotorischen Fertigkeiten
--	---	--	--

Unterrichtsvorhaben:

Erlernen der Bewegungsgrundformen (Gehen, Laufen, Federn, Doppelfedern, Galopp, Hüpfen) und in kleinen Choreografien zur Musik präsentieren (allein oder in der Gruppe)

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B / A	5	3, 17, 26	3	2

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewege(n)s (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgerät (Reifen, Seil, Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache Bewegungsgestaltung nutzen

Methodenkompetenz:

- Grundformen gestalterischen Bewege(n)s nach- und umgestalten,
- einfache kreative, ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen entwickeln und präsentieren

Urteilskompetenz:

- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen

Sachkompetenz:

- Grundformen gestalterischen Bewege(n)s (in zwei Bewegungsfelder) benennen
- grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Rhythmuschulung (mit Klatschen und anderen Bewegungsaufgaben) - Erlernen der Bewegungsgrundformen in der Gruppe - Üben und festigen der einzelnen Schritte zur Musik - Aneinanderreihen der einzelnen Schritte (je 4 Zählzeiten, Reihenfolge veränderbar, Bewegung im Raum) - Kurze Präsentation 	<ul style="list-style-type: none"> - Musik, z.B. Michael Jackson (Beat it oder They don't care about us) - Vorgabe der Länge: alle Schritte kombinieren, je 4 Zählzeiten 	<ul style="list-style-type: none"> - Handgeräte oder Alltagsmaterialien wie Zeitungen - Bewegungsgrundformen - Rhythmus <p>Beat Takt Raum Off-Beat Körperspannung</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Taktgefühl - Kreativität (vorwärts, rückwärts, seitlich, Kombination der Schritte) - Präsentation der Schritte mit fließenden Übergängen sowie im Takt der Musik - Beurteilen der Präsentationen <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vorführen der kurzen Choreografie in einer 2er-Gruppe
--	--	--	---

Unterrichtsvorhaben:

Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen mit / ohne Handgerät – einfache technisch-koordinative Grundformen für eine ästhetisch-gestalterische Präsentation nutzen.

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nummer des UV
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen-Gymnastik/Tanz/Bewegungskünste	A B	5	26, 33	12	3

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Kompositionen präsentieren

Methodenkompetenz (MK)

- Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten,
- einfache kreative, ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen entwickeln und präsentieren

Urteilskompetenz (UK)

- kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen

Sachkompetenz:

- Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfelder) benennen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erweiterung der Bewegungskompetenz - Verknüpfung der gymn. Grundformen - evt. Umgang mit dem Sprungseil - Laufen, Federn, Hüpfen und Springen mit/ohne Seil (kurz und lang) in EA und GA - Anpassung an das schwingende Seil (kurz und lang), Einschätzen der Seilgeschwindigkeit - gymn. GF in Variationen - Übergänge zwischen den GF - von der GA zur Einzelpräsentation - Bewegungsqualität wahrnehmen bzgl. Raumorientierung und Bewegungsrhythmus 	<ul style="list-style-type: none"> - Sprungseile in versch. Längen - von der GA zur Einzelpräsentation 	<ul style="list-style-type: none"> - Gestaltungskriterien Raum, Zeit und formaler Aufbau - Hüpfen, Federn, Springen, Laufen - Rhythmus - Gestaltungskriterien 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Einhalten der o.g. Gestaltungskriterien - Präsentation der gymn. Grundformen auf 3 selbstgewählten Bahnen innerhalb des VB-Feldes - Note 4: Aneinanderreihung von 3 gymn. Grundformen - Note 3: 3 Grundformen in Variationen - Note 2: 3 Grundformen in Variationen mit selbstgewählten Übergängen - Note 1: siehe Note 2 mit Wechseln zwischen Federn und Hüpfen - Hängenbleiben im Seil wird toleriert und die Passage wird wiederholt.

Unterrichtsvorhaben:

Der Ball muss in den Korb – im Team miteinander und gegeneinander nach vereinfachten Regeln spielen und die Technik des Korblegers beherrschen

Bewegungsfeld	Jahrgangsstufe	Ver netz	Dauer des UV	Laufende Nummer
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen BF7	5	23, 30	12	4

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- ♣ sportartübergreifende taktische, koordinative und technische Fähig- und Fertigkeiten in vielfältigen Spielformen anwenden (z.B. Heidelberger Ballschule)
- ♣ sich in einfachen Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Spielerinnen bzw. Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten
- ♣ in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden

Methodenkompetenz (MK)

- ♣ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen
- ♣ in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren

Urteilskompetenz (UK)

- ♣ sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung der Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten

Sachkompetenz (SK)

- ♣ Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen
- ♣ sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln, Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Erweiterung der Spielfähigkeit ⤴ Korbleger als taktisch-kognitives Angriffsmittel nutzen ⤴ Erweiterung der technisch-koordinativen Fähigkeit beim Basketball ⤴ den Korbleger erlernen und im Spiel anwenden ⤴ Partnerarbeit ⤴ von einfachen zu komplexeren Spiel- und Übungsformen kommen ⤴ die Technik des Korblegers erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Video-Demonstrationen ⤴ Basketball-Kopiervorlagen Ernst Klett Schulbuchverlag ⤴ Basketbälle ⤴ Mannschaftsbänder 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ erste Regeln erlernen und anwenden ⤴ Fremdbeobachtung ⤴ Schiedsrichterzeichen ⤴ Korbleger ⤴ Begriffe aus der Regelkunde 	<p><u>Unterrichtsbegleitend: (50%)</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Spielfähigkeit ⤴ Umsetzung der Regeln ⤴ situativer Einsatz des Korblegers <p><u>Punktuell:</u></p> <p>Demonstration des Korblegers unter Berücksichtigung des Schwierigkeitsgrades</p> <ul style="list-style-type: none"> - aus dem Stand - aus der Bewegung mit Ball - nach Ballpass aus der Bewegung

Unterrichtsvorhaben:

Von einzelnen Turnelementen zum Bodenturnen – Von der Einführung in das formgebundene Turnen hin zur Erarbeitung einer Übungsverbindung turnerischer Elemente

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(5) Bewegen an Geräten – Turnen	A / C	5	10, 21,31	14	5

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen demonstrieren
- eine Übungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät demonstrieren
- grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen

Methodenkompetenz:

- einfache Hilfen (Hilfestellung, Geländehilfe, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen verwenden
- Medien zur kriteriengeleiteten Rückmeldung nutzen

Urteilskompetenz:

- (einfache) turnerische Präsentationen hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen

Sachkompetenz:

- unterschiedliche Körperempfindungen und Wahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben
- wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernen, differenziertes Üben und Variieren von Elementen - Körperspannung entwickeln und bewusst wahrnehmen - Veränderung der Ausgangs- und Endposition z.B. beim Rollen vorwärts, rückwärts und die dadurch entstehende vielfältige Bewegungs- und Wahlmöglichkeit beim Üben/Turnen - Aufwärmen durch SuS 	<ul style="list-style-type: none"> - Aufbau von Gerätelandschaften - Einführung formgebundener Turnelemente - Varianten von Grundelementen - Hilfen: <ul style="list-style-type: none"> - z.B. eines Balls bei der Rolle vorwärts, Schaffung einer schiefen Ebene (z.B. Reutherbrett unter einer Turnmatte) zur Erleichterung des z.B. Vorwärtsrollens - Visualisierung der Bewegungsabfolge einzelner Turnelemente - Beobachtungsbögen zur Fehlerkorrektur - Erstellung kurzer Bewegungsabfolgen, die den SuS eine Wahlmöglichkeit geben die ihrem individuellen Leistungs- & Übungsstand angemessen sind & Leistungssteigerungen ermöglichen - Film oder Fotoaufnahmen zur Rückmeldung 	<ul style="list-style-type: none"> - Aufwärmen - Körperspannung - Hilfestellung - (Sicherheitsstellung) - Namen der Turngeräte: - Boden - Trampolin - Klettertaue - Reck/Barren - Bank/Balken/Slackline - Kasten/Bpck - Sprossen - Namen der Turnelemente: Rolle vorwärts/rückwärts, Rad, Handstand - Stand/Hockstand - Ausgangsstellung - Bewegungsabfolge 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterrichtsbegleitend - Auf- und Abbau - Aufwärmen, - Hilfestellung - Einhaltung der Sicherheitsaspekte - Punktuell: <ul style="list-style-type: none"> - Demonstration der Bewegungsfertigkeiten - Kreativität z.B. bei der Erstellung einer Elementen- bzw. Bewegungsabfolge - Ausführung der Elemente - Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten/der Bewegungsausführung (Fortschritt) - Nutzung von Bewegungshilfen - Präsentation der einfachen Kür an ausgewähltem Gerät einzeln.
---	--	---	---

Unterrichtsvorhaben:

Zieh- und Schiebekämpfe, kl. Kampfspiele

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Ve	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(9) Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	E / C	5	32,3 6b	12	6

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ✦ normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen,
- ✦ sich regelgerecht und fair in Gruppen- und Zweikampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern

Methodenkompetenz:

- ✦ selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen
- ✦ in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren

Urteilskompetenz:

- ✦ einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten

Sachkompetenz:

- ✦ Merkmale für faires und kooperatives Kämpfen benennen
- ✦ Regeln und kämpferische Vereinbarungen sowie Messverfahren beschreiben

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Sicherheitshinweise (Kleidung, Schmuck,...) - Regeln z.B. Stoppregel - Spielformen zu Körperkontakt, Kooperation, Vertrauen (gordischer Knoten, Blindenführer, Toter Mann, Henne und Habicht) - Fairness, Rücksichtnahme - Partnerarbeit: erste Zieh- und Schiebekämpfe am Boden (Rücken an Rücken, aus Kniestand, aus Bankposition, am Boden halten) - Gruppenspielformen: Mattenkönig, Gruppenziehkampf - Umdrehen aus Bankposition in Rückenlage in induktiver Erarbeitung - Gruppenspielformen: Schildkrötenumdrehen 	<ul style="list-style-type: none"> - Dreiergruppen: Arbeit in Zweiergruppen mit 3. Person als Beobachter und Schiedsrichter (Verantwortung für Kämpfer und Sicherheit im Raum) - Gruppenarbeit: Anzahl der beteiligten SuS muss den Gegebenheiten der Sportanlagen Mattengrößen etc. angepasst werden 	<ul style="list-style-type: none"> - Gegenstände - Regelerarbeitung - Sicherheit <p><i>Fachbegriffe</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Vertrauen - Fairness in Konkurrenz - Rücksichtnahme - Verantwortung 	<p><i>Beobachtungskriterien:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeleinhaltung - Fairness - Einsatz von erarbeiteten Techniken - Ausnutzung von erarbeiteten Prinzipien: Druck – Gegendruck, Rotation, Stützen wegnehmen, KSP

Unterrichtsvorhaben:

Dreikampf – Sprint, Weitsprung, Weitwurf

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik	D / E	5	19,25	18	7

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen vielseitig ausführen und spielbezogen nutzen
- leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau ausführen
- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfvhaltens durchführen

Methodenkompetenz:

- einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden

Urteilskompetenz:

- ihre eigene Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau bewerten

Sachkompetenz:

- die motorischen Grundfertigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen
- psycho-physische Leistungsfaktoren (z.B. Anstrengung) benennen
- psycho-physische Reaktionen des Körpers beschreiben

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Phasierung von Bewegung - Bewegungsmerkmale beim Werfen und Springen <ul style="list-style-type: none"> - Reaktionsschulung - Sportabzeichen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungsmerkmale - Bewegungsphasen 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Werfen:</i> Erproben und Experimentieren mit verschiedenen Wurfgeräten. Übergang zum Schlagballwurf - <i>Springen:</i> Sprünge mit und ohne Anlauf, Sprünge mit erhöhtem Absprung. Übergang zum Schrittsprung - <i>Sprinten:</i> spielerischer Einstieg mit Lauf-, Fang- und Reaktionsspielen. Starten aus verschiedenen Positionen. Übergang zum 50m Sprint 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC <ul style="list-style-type: none"> - 50m Sprint - Weitsprung - Schlagballweitwurf - Vorbereitung auf die Bundesjugendspiele <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zum Lauf, Wurf- und Sprung- ABC demonstrieren und beschreiben - Grundformen in Spielen demonstrieren <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsgenauigkeit - Vielfalt der benutzten bewegungsformen <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dreikampf-Wettkampf

Unterrichtsvorhaben:

Wie im Zirkus - Verbesserung der Gleichgewichtsfähigkeit durch verschiedene Übungen auf variierenden Untergründen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	A / B	6	10,15	4	9

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen,
- ! eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen,
- ! grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden,

Methodenkompetenz:

- ! mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,
- ! einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz:

- ! einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Sachkompetenz:

- ! unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,
- ! wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Grundfertigkeit des Balancierens - Arme und Beine als Ausgleichsmöglichkeit erkennen - Optische Fixierung als Stabilisationsmöglichkeit - Förderung der Konzentrationsfähigkeit trotz Ablenkung - Gleichgewicht halten unter zunehmend schwierigeren Voraussetzungen - Überwindung von koordinativ anspruchsvollen Aufgaben mit Hilfe eines Partners <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Körperschwerpunkt - Gegengewicht - Konzentrationsfähigkeit - Gewichtsverlagerung 	<ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeitsgrad erhöhen durch Einschränkung verschiedener Sinne - Steigerung der Komplexität durch externe Ablenkungsmanöver - Partnerarbeit - Erproben von verschiedenen Möglichkeiten das Gleichgewicht zu halten - Optional: Stationstraining <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erprobung von Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> - Überwinden von z.B. umgedrehten Turnbänken mit offenen und geschlossenen Augen - Bewegliche Untergründe (z.B. ein Turnkasten auf einem Weichboden oder eine umgedrehte Turnbank auf Holzstäben) als Ausgangspunkt zur Wiedererlangung des Gleichgewichts - Gegengewichte (Arme/Beine) einsetzen um nach Verlust des Gleichgewichts dieses wieder zu erlangen 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten (verbesserter Gleichgewichtssinn, Körpereinsatz) - Motivation und Leistungsbereitschaft - Sozialverhalten <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Häufiger unkontrollierter Einsatz der Extremitäten, um Gleichgewicht zu halten - Abbau der Angst vor koordinativ schweren Aufgaben - Auf- und Abbau von Geräten <p>Optional: Gleichgewichtsparcour mit Zeitmessung</p>

Unterrichtsvorhaben:

Turnen an Gerätebahnen – Wir rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen an Gerätekombinationen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen	C / A	6	9, 5, 31	12	10

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren,
- ! 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.

Methodenkompetenz:

- ! verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen.

Urteilskompetenz:

- ! einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen.

Sachkompetenz

- ! die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Anwendung/Übertragung der elementaren, ihnen bekannter Turnelemente - Entstehung von vielfältigen Bewegungs- und Wahlmöglichkeiten bei der Lösung der Bewegungsaufgabe - Sicheres Bewegen auf Geräten - Hilfestellungen - Angstüberwindung 	<ul style="list-style-type: none"> - Veränderung der Ausgangspositionen bei der Bewältigung der Gerätekombinationen - Variation der Bewegung als Schaffung von Bewegungsanreizen, die z.B. zeitlich oder räumlich Orientierungen/Vorgaben enthalten können sowie der Einbau von Gleichgewichtselementen - Kreative/eigenständige Bewältigung der Gerätekombinationen bei vorgegebenen Bewegungsaufgaben 	<ul style="list-style-type: none"> - Begriffe wie Rollen, Drehen, Schaukeln, Schwingen, Rutschen, Gleiten, Springen, Fliegen, Balancieren, Klettern - eine sichere Ausführung dieser - Namen der verschiedenen Turngeräte - Sicherer Auf- und Abbau der Turngeräte 	<p>Unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> - Auf- und Abbau <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bewältigung eines Geräteparcours - Bewegungsausführung - Bewegungsvariabilität
--	--	--	--

Unterrichtsvorhaben:

Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen – Schwerpunkt: Drehbewegungen und „Gleiten“

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen	A / C / F	6	12,13,14	4	11

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen,
- ! grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen

Methodenkompetenz:

- ! mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,
- ! einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz:

- ! einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Sachkompetenz

- ! unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben, wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Drehbewegungen um alle drei Körperachsen (im Flachspäter Tiefwasser) • Gleiten in Bauch-, Rücken- und Seitenlage erst ohne, später mit Beinschlag • Gleiten in Bauch-, Rücken- und Seitenlage mit Armhaltung am Körper / in Verlängerung der Schulter • Übungskombinationen (z. B. Gleiten während der Längsachsendrehung; Gleiten in Bauchlage, Drehung um die Breitenachse, weiter in Bauchlage gleiten; ...) • Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> ○ Wasserbewältigung ○ Breitenachse ○ Längsachse ○ Sagittalachse • Sozialverhalten 	<ul style="list-style-type: none"> • Erproben • Partnerbeobachtung • Partnerkorrektur • Kleingruppenarbeit • Variieren • Verändern • Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> ○ Erproben ○ Experimentieren 	<ul style="list-style-type: none"> • Untersch. koordinative Aufgabenstellungen zum Auftrieb und Wasserwiderstand • Untersch. Aufgabenstellungen zum Gleiten • Übungsschwerpunkte mit verschiedenen Drehbewegungen • Orientierung mit geöffneten Augen unter Wasser • Ausatmung unter Wasser • Beinbewegung in Verbindung mit der Gleitbewegung / Körperspannung • Delfin-, Kraul- und Rückenraul • Fachbegriffe <ul style="list-style-type: none"> ○ Drehbewegungen ○ Wasserbewältigung ○ Gleiten 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten (verbessertes Wassergefühl, Ausführung von Dreh- und Gleitbewegungen) • Sozialverhalten • Motivation • Anstrengungsbereitschaft • Beobachtungskriterien: <ul style="list-style-type: none"> ○ Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ kleine Wettkämpfe (z.B. Wer gleitet am weitesten?) ○ Wer schafft die meisten Drehungen?...

Unterrichtsvorhaben:

Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen – Schwerpunkt: „Wasserspringen“ und „Tauchen“ ohne Angst und Übermut

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen	A / C / F	6	11, 13, 14	4	12

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen,
- ! in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen.

Methodenkompetenz:

- ! mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,
- ! einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz:

- ! einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Sachkompetenz

- ! unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,
- ! wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> - Springen von unterschiedlichen Höhen - Springen aus unterschiedlichen Ausgangsstellungen - Springen mit den Füßen, den Händen, dem Kopf voraus - Springen mit Zusatzaufgaben (Drehbewegungen, Klatschen, Beine anhocken grätschen, ...) - Tauchen in unterschiedlichen Tiefen/Strecken - Tauchen mit offenen Augen und „bergen“ von Geräten <ul style="list-style-type: none"> - Streckentauchen - Übungskombinationen (Kopfsprung und Streckentauchen; Fußsprung und in die Tiefe tauchen; ...) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wasserbewältigung - Grätsch-/Hocksprung <p>Tauchen</p>	<p>Erproben Partnerbeobachtung Partnerkorrektur Kleingruppenarbeit Variieren Verändern</p> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben - Experimentieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche koordinative Aufgabenstellungen zum Auftrieb - Unterschiedliche Übungsschwerpunkte zum Springen und Tauchen - Orientierung mit geöffneten Augen unter Wasser - Ausatmung unter Wasser - Arm- und Beinbewegung in Verbindung mit Tauchen (Delfin-, Kraul- und Brustbeine, Tauchzüge; evtl. Einsatz von Flossen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Wasserbewältigung - Springen - Tauchen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten (verbessertes Wassergefühl, Ausführung von Sprüngen) - Verhalten/Sicherheit beim Springen/Tauchen <ul style="list-style-type: none"> - Sozialverhalten <p>Motivation Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten <p>Optional:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Eventuell kleine Wettkämpfe (z.B. Wer taucht am weitesten? Wer schafft die weitesten/interessantesten Sprünge?...)
---	---	---	--

Unterrichtsvorhaben:

Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen – Schwerpunkt: Fortbewegung und Atmung (Wechselzugdisziplin)

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen	A / D / E	6	11,12,14	8	13

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen,
- ! grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen,
- ! 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.

Methodenkompetenz:

- ! mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,
- ! einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz:

- ! einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen.

Sachkompetenz

- ! unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,

! wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erarbeitung der Kraul-/Rückenkraulbeinbewegung (mithilfe von Schwimmbrettern, Flossen, Beckenrand,...) - Erarbeitung der Kraul-/Rückenkraularm-bewegung (mithilfe von Flossen, im Flachwasser, ...) - Erarbeitung der Gesamtschwimmart (Kraul und Rückenkraul) - Erarbeitung der richtigen Atem-technik (durch Mund und Nase einatmen, durch den Mund aus-atmen) - Kombination der Gesamtschwimmart mit rhythmischer Atmung - Umsetzung der GSA mit 2er, 3er, 4er,... Atmung - Startsprung, Übergang/Gleitbewegung, GSA mit richtiger Atmung 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben - Partnerbeobachtung - Partnerkorrektur <p>Kleingruppenarbeit Variieren Verändern</p> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erproben - Experimentieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche koordinative Aufgabenstellungen zum Auftrieb und Wasserwiderstand - Unterschiedliche Übungsschwerpunkte zur Fortbewegung, Atmung und der Kombination aus beidem - Orientierung mit geöffneten Augen unter Wasser - Einatmung zur Seite (Kraul) durch Mund und Nase, Ausatmung unter Wasser durch den Mund - Rhythmische Arm- und Beinbewegung in Verbindung mit richtiger Atmung (eventuell Einsatz von Flossen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gesamtschwimmart (Kraul und Rückenkraul) <ul style="list-style-type: none"> - Fortbewegung - Atmung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten (verbessertes Wassergefühl, Ausführung der Gesamtschwimmart, richtige Koordination von Armbewegung und Atmung) <ul style="list-style-type: none"> - Sozialverhalten - Motivation - Anstrengungsbereitschaft <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 25 Meter Kraul GSA Zeitabnahme (siehe Tabelle) - Technikabnahme (Start, Übergang, GSA – ca. 15 Meter)

Unterrichtsvorhaben:

Fit und leistungsstark – mindestens 10 Minuten ausdauernd schwimmen können

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(4) Bewegen im Wasser - Schwimmen	D / F	6	11, 12, 13	4	14

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen,

Methodenkompetenz:

- ! einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden.

Urteilskompetenz:

- ! ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen.

Sachkompetenz:

- ! die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ! psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen,
- ! psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Festigung der (Kraul-) Gesamtschwimmart unter konditionellen Aspekten - Erarbeitung der Wende (hohe seitliche / Kippwende) - Erlernung/Erprobung von unterschiedlichen Trainingsmethoden im GA1 Bereich - Erlangung eines positiven Körpergefühls unter ausdauernden Gesichtspunkten - Erfahren von den positiven Auswirkungen des Ausdauerschwimmens 	<ul style="list-style-type: none"> - Erproben - Trainieren - Kleingruppenarbeit - Variieren <p>Verändern</p> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Trainieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Unterschiedliche konditionelle Aufgabenstellungen mit dem Ziel 10 min lang kontinuierlich schwimmen zu können - Zweckmäßige Nutzung der hydrologischen Eigenschaften - Orientierung mit geöffneten Augen unter Wasser - Einatmung zur Seite (Kraul) durch Mund und Nase, Ausatmung unter Wasser durch den Mund - Rhythmische Arm- und Beinbewegung in Verbindung mit richtiger Atmung (eventuell Einsatz von Flossen) <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gesamtschwimmart (Kraul) - Alle Faktoren der Wasserbewältigung 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten (verbessertes Wassergefühl, Ausführung der Gesamtschwimmart, richtige Koordination von Armbewegung und Atmung) - Sozialverhalten <p>Motivation</p> <p>Anstrengungsbereitschaft</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 10 Minuten Streckenschwimmen (s. Tabelle) - Schwimlabzeichen

Schnelligkeit

Jungen (Jgst. 6)

Sehr gut	0.0 - 18.1
Gut	18.2 - 21.4
Befriedigend	21.5 - 25.8
Ausreichend	25.9 - 31.7
Mangelhaft	31.8 - 36.2
Ungenügend	36.3 -

Mädchen (Jgst. 6)

Sehr gut	0.0 - 19.2
Gut	19.3 - 22.4
Befriedigend	22.5 - 26.7
Ausreichend	26.8 - 32.4
Mangelhaft	32.5 - 36.6
Ungenügend	36.7 -

Ausdauer

Jgst. 6 10 Minuten [Bahnen]

Sehr gut	> 22
Gut	14 - 21
Befriedigend	8 - 13
Ausreichend	5 - 7
Mangelhaft	< 5

Unterrichtsvorhaben:

Wie fit bin ich? - die Fitness mit Hilfe eines Tests testen und eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden

Bewegungsfeld	Inhaltsfel	Jahrgangsstufe	Vernetzu	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(1) Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen	A / F	6	27	12	15

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen,
- ! eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen,
- ! grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden,
- ! eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen.

Methodenkompetenz:

- ! mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,
- ! einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden.

Urteilskompetenz:

- ! einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen
- ! körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen (F)

Sachkompetenz:

- ! unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben,
- ! wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.
- ! Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen (F)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physische Leistungsfähigkeit nachweisen, grundlegend beschreiben und beurteilen 	<ul style="list-style-type: none"> • körperliche Merkmale in EA und PA erkennen, einschätzen und beurteilen <p>Unterrichtsmaterial</p> <ul style="list-style-type: none"> • Material des AOK Tests (siehe www.schuleninbewegung.de) • »C-C™ C« : Texte zu Phantasieisen 	<ul style="list-style-type: none"> • Pulskontrolle, Pulsverhalten • Münchener Fitness-Test im Rahmen des AOK-Tests als Erst-Test (1.Halbjahr) und Re-Test (2.Halbjahr) • Ergänzend: Entspannungstechnik (Phantasiereise) • Pulsmessung <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ruhepuls, Leistungspuls, Erholungspuls • aerob, anaerob 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • AOK-Test mit den entsprechenden Anforderungen in PA leistungsorientiert, fair und nach Vorgabe durchführen • Testergebnis des AOK-Tests bewerten und sich Ziele zur Verbesserung evtl. Defizite setzen • Ergänzend: Verhalten bei Entspannungsübungen

Unterrichtsvorhaben:

Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit im Tischtennis erlernen

Bewegungsfeld	Inhaltsfel	Jahrgangsstufe	Vernetzu	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	E / A	6	24, 35	8	16

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ! in dem ausgewählten Mannschafts- oder **Partnerspiel** grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden.

Methodenkompetenz:

- ! selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen,
- ! in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren.

Urteilskompetenz:

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

Sachkompetenz:

- ! Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen,
- ! sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidung	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Sportspiel auf jedem Fertigkeitsniveau spielen können im Sinne des Taktik-Spiel-Modells Unterrichtsgegenstände <ul style="list-style-type: none"> • Schlägerhaltung • Spielform 1: "Nutze die ganze Platte" • Spielform 2: "Locke den Partner aus seiner Position heraus" • Üben des Vorhand- und Rückhandschlages in partnerschaftlichem Zuspiel und Übungsformen <ul style="list-style-type: none"> • Kaiserturnier 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der zentralen Spielidee "Spiele so, dass der Gegner Probleme hat den Ball zu erlangen" • PA: Korrekturhilfen und Arbeitsblätter nutzen (Lerntheke, Stationenlernen) • Schüler- bzw. Lehrer-demonstrationen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung an der Platte <p>Regelabsprache</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organisationsfähigkeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorhand und Rückhand • Aufschlag 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft <ul style="list-style-type: none"> • hohe Aufmerksamkeit • Progression <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung eines Paares nach den vorgegebenen Leitsätzen (siehe Unterrichtsgegenstände / Fachbegriffe) • Leistung in Kaiserturnieren

Dreikampf- Sprint, Weitsprung, Weitwurf auf erweitertem technisch-kordinativen Fertignivenu

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / eränzend	Jahgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leitathletik	D / E	7	7, 25	12	19

Die Schölerinnen und Schöler können...

Sachkompetenz:

- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. (z.B. Tiefstart; Sprung - Anlauf, Absprung, Flugphase)

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Wurf, Sprung) auf erweitertem technisch-kordinativen Fertignivenu ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten und ihrer Funktion erläutern
- einen leichtathletischen Mehrkampf einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen

Methodenkompetenz:

- leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletische Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten
- selbständig für die Verbesserung der Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs erfassen
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen

Urteilskompetenz:

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines Wettkampfes beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Phasierung von Bewegungen - Bewegungsmerkmale beim Werfen, Laufen, Springen - Reaktionsschulung - Lauf-, Wurf-, Sprung- ABC - Sportabzeichen => Mehrkampf unter Wettkampfbedingungen - Bildanalysen oder Filmsequenzen anschauen und Techniken erläutern 	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Werfen:</i> Schlagballwurf= > Technikverbesserung, Partnerkorrekturen - <i>Springen:</i> Sprünge mit erhöhtem Anlauf, Steigerungslauf, Absprung- und Flugtechnik - <i>Sprinten:</i> Lauf-, Fang- und Reaktionsspielen. Starten aus verschiedenen Positionen - Übergang zum 50m Sprint und 75m. - Methoden des Messens und Stoppens 	<ul style="list-style-type: none"> - Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC - 50m Sprint - Weitsprung - Schlagballweitwurf - Durchführung eines Wettkampfes - Aufwärmen - Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC - Steigerungslauf - Fachbegriffe zum Wurf, Lauf und Sprung! 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zum Lauf, Wurf- und Sprung- ABC demonstrieren und beschreiben - selbstständige Nutzung des Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC's zum Aufwärmen <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ausführungsqualität - Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen - Weiten bzw. Zeiten - Individuelle Leistungssteigerung <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Dreikampf- Sprint, Weitsprung</i>

Wir lernen Spiele aus anderen Kulturen kennen und führen diese bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen eigenverantwortlich durch (Baseball)

<u>Unterrichtsvorhaben:</u> Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E / A	7	X	12	20

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- Die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2)
- eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterien- orientiert entwickeln und spielen(3)

Methodenkompetenz:

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern (1)
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,

Urteilskompetenz:

- Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Unterrichtsvorhaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entscheidung für 1 oder 2 neue, noch relativ unbekannte Spiele - Informationen über Baseball - Erprobung des Spiels und anschließende Reflexion. - Vgl. mit anderen bekannten Spielen 	<ul style="list-style-type: none"> - Variieren und verändern => Anpassung an die jeweiligen Bedingungen - Erlernen der kulturellen Hintergründe (Geschichte, Herkunft, Entwicklung) - Evtl. in Gruppen verschiedene Spiele und Regeln erarbeiten und vorstellen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairness - Kooperieren / Konkurrieren - Fachbegriffe des Baseballs: <ul style="list-style-type: none"> • Bases • Outs • Strike/Ball • Hit • Pitcher 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sozialverhalten - Motivation und Anstrengungsbereitschaft - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten - Kreativität und Ideenreichtum <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hilfe bei Auf- und Abbau - Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten

Turnen an Geräten: Das Sprunggerät Trampolin (Rolle vorwärts auf dem Mini-Tramp)

Bewegungsfeld <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(5) Bewegen an Geräten - Turnen	C / A	7	X	6	21

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern,
- emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- An Turngeräten (Sprunggerät) turnerische Bewegungen auf technisch-kordinativ grundlegendem Niveau normgebunden oder normungebunden ausführen und verbinden
- eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren
- An ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen und grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen
- Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden

Methodenkompetenz:

- Sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachspezifisch situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern
- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren.
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen

Urteilskompetenz:

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-kordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p style="text-align: center;">Unterrichtsvorhaben:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gewöhnung an das Sprunggerät - Ausprobieren verschiedener Sprünge - Landetechnik - Anlauf. - evt. Erlernen des Überschlags vw am Tramp mithilfe von drei Stationen: Rolle vw am Boden, Rolle vw aus dem Stand an den Ringen, zu dritt vom Mini- Tramp mit Hilfestellung 	<ul style="list-style-type: none"> - Variation der Bewegung als Schaffung von Bewegungsanreizen, die z.B. zeitlich oder räumlich Orientierungen/ Vorgaben enthalten können - Veränderung des Anlaufes und Absprunges - Kreative/eigenständige Bewältigung der Übung - Veränderung des Absprungs <p>Optional:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Synchronsprünge 	<ul style="list-style-type: none"> - Sicherer Auf- und Abbau der Mini-Tramps und der Stationen - Körperspannung - Steigerungslauf - Prellabdruck - Prellfederung - Strecksprung - Grätschsprung - Grätschwinkelsprung - Drehungen 	<ul style="list-style-type: none"> - Technische Ausführung - Körperspannung - Hilfestellung - Wagnis

Leichtathletik: Die Langstreckendisziplinen => wir laufen 30 Minuten ohne Unterbrechung in gleichförmigem Tempo

Bewegungsfeld <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leitathletik	D / F	7	7	14	22

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern
- Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen

- beim Laufen eine LZA bis 30 Minuten gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben
- alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen

Methodenkompetenz:

- selbständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren

Urteilskompetenz:

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Kennenlernen unterschiedlicher Strecken, Tempi etc. - Ziel: 30 Minuten Unterrichtsvorhaben: Lauf nach individueller Leistungsfähigkeit - Lauftagebuch erstellen und regelmäßig führen - Hintergründe Ausdauertraining kennenlernen - SuS übernehmen laufspezifisches Aufwärmen 	<ul style="list-style-type: none"> - Erstellung eines Lauftagebuches: Eintragung von Pulswerten und Laufstrecken sowie Zeiten - Theoretische Hintergründe: Beschreibung von Aussehen, Training, Wettkampf - Auswirkungen des Ausdauertrainings auf den Körper/ Gesundheit - Theorie: Ausdauerformen - Selbständige Formen des Übens und Trainierens - 2-3km Lauf nach Zeitabelle 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Lauf- ABC - Aufwärmen - Kondition - Ausdauer - Kraftausdauer - Schnelligkeit - Durchhaltevermögen - Puls - Auswirkungen des Ausdauertrainings auf unterschiedliche Körperbereiche - Grundlagenausdauer - Intervalltraining 	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Übungsformen zum Lauf - ABC demonstrieren und beschreiben - Aufwärmtraining - selbstständige Nutzung des Lauf-ABC's zum Aufwärmen - Dehnprogramm <p>Beobachtungskriterien</p> <p style="text-align: center;">:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Pulsmessung - Lauftagebuch - Individueller Lernfortschritt - Anstrengungsbereitschaft <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30-Minuten-Lauf - kurze Läufe: 2 km, 3km unter verschiedenen Belastungen - Intervallläufe,

Den Korb sicher treffen – den Positionswurf erarbeiten und in zunehmend komplexeren Spielsituationen technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen anwenden

Bewegungsfeld <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	Inhaltfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	E/D	7	4	12	23

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen(1)
- in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden2)

Methodenkompetenz (MK)

- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden,
- in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen

Urteilskompetenz (UK)

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

Unterrichtsvorhaben:

<p><u>Didaktische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der Spielfähigkeit in Sportspielen • Korbwurf als taktisch-kognitives Angriffsmittel nutzen • Technisch-koordinative Fertigkeiten mit dem Basketball erweitern <p><u>Unterrichtsvorhaben:</u></p> <p><u>Unterrichtsgegenstände</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Passen, Fangen, Freilaufen und Anbieten in versch. Übungs- und Spielsituationen anwenden • Technik des Positionswurfes erlernen • Regelwerk kennen und anwenden können • Laufwege erlernen und spielgemäß anwenden können 	<p><u>Methodische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • von einfachen und bekannten zu komplexen und unbekanntem Spielformen • den Positionswurf erlernen und anschließend im Spiel anwenden <p><u>Unterrichtsmaterial</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Basketballbälle • Reifen als Positionsmarkierung • Reivo-Lerntafeln • http://www.laspo.de/images/basketball_aktuell.pdf 	<p><u>Theoretische Unterrichtsinhalte</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ein Spiel leiten können • taktische Spielzüge zum Positionswurf anwenden <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Positionswurf • Korbleger • Wurfarm • Streck-Wurfbewegung 	<p><u>Unterrichtsbegleitend (50%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilfe bei Auf- und Abbau • Soziale Kompetenzen / Kooperation • Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft • Kenntnisse des Regelwerkes <p><u>Punktuell (50%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstration des Positionswurfes in unterschiedlich komplexen Ausgangspositionen (25%) • Anwendung des Positionswurfes in einer spielgemäßen Situation (25%) • Komplexübung (siehe Anlage)
---	---	---	--

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen	E/D	7	16	10	24

Unterrichtsvorhaben:

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- –erweiterte technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern
- sich in komplexeren Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten
- Spielregeln sicher anwenden und ihre Funktion erklären können

Methodenkompetenz:

- Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen
- Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden, in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen.
- sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren sowie Bewegungsausführungen beobachten und kriterienorientiert rückmelden

Urteilskompetenz:

- Spielsituationen und Schlagtechniken anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen, Technikbilder) beurteilen
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>• Sportspiel auf jedem Fertigniveau spielen können im Sinne des Taktik-Spieltacticsvorhaben:</p> <p>Unterrichtsgegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schlägerhaltung • Topspin • Übungsform 1: Topspin nach hohem Zuspiel / Wurf • Spielform 1: Rollenzuteilung Defensiv- / Offensivspieler <ul style="list-style-type: none"> • Kaiserturnier 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der zentralen Spielidee "Spiele so, dass der Gegner Probleme hat den Ball zu erlangen" • PA: Korrekturhilfen und Arbeitsblätter nutzen (Lerntheke, Stationenlernen) • Schüler- bzw. Lehrer-demonstrationen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Orientierung an der Platte • Regelabsprache • Organisationsfähigkeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vorhand-Topspin • Aufschlagvariationen • Schupfen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • hohe Aufmerksamkeit • Progression <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung eines Paares nach den vorgegebenen Leitsätzen (siehe Unterrichtsgegenstände / Fachbegriffe) • Leistung in Kaiserturnieren

Wie hoch kann ich springen? – Hochsprung als neue leichtathletische Herausforderung annehmen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(3) Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	A D	8	7, 19	12	25a

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern,
- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch- koordinativem Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (1)
- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (2)
- einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen,
- alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen.

Methodenkompetenz:

- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden

Urteilskompetenz:

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,
- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><u>Didaktische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der Bewegungskompetenz • Hochsprunganlage sicher nutzen • Messverfahren anwenden • Wettkampfbestimmungen kennen und anwenden <p><u>Unterrichtsgegenstände</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Hochsprunganlage kennenlernen • Flop aus dem Stand, gegen die Matte, über die Hochsprunglatte • Festlegung des Sprungbeins <ul style="list-style-type: none"> • Hochsprungwettkampf absolut und relativ 	<p><u>Methodische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Flop aus dem Stand • Starthöhe ind. bestimmen • Sprungbein finden • eigene Ziele setzen und erreichen <p><u>Unterrichtsmaterial</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Hochsprunganlage und Kugeln unterschiedlicher Gewichte (in der Halle Mattenanlage und Hallenkugeln) • Hochsprungmatte • Zauberschnur • 	<p><u>Theoretische Unterrichtsinhalte</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anlaufschulung • Sprungschulung, Überquerung der Latte • Landung auf der Matte <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Unterrichtsgegenstände und Inhalte • Sprungbein, Stemmschritt, 	<p><u>Unterrichtsbegleitend (30%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft • Lernfortschritt • Einhalten des Ordnungsrahmens • Kenntnisse der Wettkampfbestimmungen <p><u>Punktuell (70%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Höhe (35%) • Bewertung des Hochsprungs nach relativer Tabellen • Techniküberprüfung mit frei gewähltem Gewicht (35%)

Unterrichtsvorhaben:

Wie weit kann ich stoßen? – Kugelstoßen als weitere leichtathletische Herausforderung annehmen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend /	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr.
(3) Laufen, Springen, Werfen – <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	A D	8	7,19	12	25b

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern,
- grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch- koordinativem Fertigniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern
- eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen
- alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen.

Methodenkompetenz:

- selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden

Urteilskompetenz:

- die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen,
- den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><u>Didaktische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Erweiterung der Bewegungskompetenz • von Werfen zum Stoßen • Kugelstoßanlage sicher nutzen • Messverfahren anwenden • Wettkampfbestimmungen kennen und anwenden <p><u>Unterrichtsgegenstände</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Medizinballstoßen • Halten der Kugel, Stoßauslage • Standstoß, Stoßen mit Nachstellschritt, evtl. Rückenstoßtechnik • Kugelstoßwettkampf absolut und relativ 	<p><u>Methodische Entscheidungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Medizinballstoßen als Vorbereitung zum Kugelstoßen • Gewicht der Kugel den körperlichen Gegebenheiten anpassen • Bewegungsanalyse zur Verbesserung der Partnerkorrektur • eigene Ziele setzen und erreichen <p><u>Unterrichtsmaterial</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Kugelstoßanlage und Kugeln unterschiedlicher Gewichte (in der Halle Mattenanlage und Hallenkugeln) • Medizinbälle • Bewegungsbilder aus http://www.sportpaedagogik-online.de/leicht/kugelindex.html • http://user.phil-fak.uni-duesseldorf.de/~wastl/Wastl/LA/H13-Methodik-Kugelsto%DF.pdf 	<p><u>Theoretische Unterrichtsinhalte</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Stoßauslage, Beschleunigungsweg, Abstoßverwringung • unfallfreies Üben • Ordnungsrahmen einhalten • Wettkampfbestimmungen <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • siehe Unterrichtsgegenstände und Inhalte • Stoßbein, Stemmschritt, Angleiten • ballistische Kurve 	<p><u>Unterrichtsbegleitend (30%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft • Lernfortschritt • Einhalten des Ordnungsrahmens • Kenntnisse der Wettkampfbestimmungen <p><u>Punktuell (70%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Weite (35%) • Bewertung des Kugelstoßens nach BuJuSp-Tabellen • relativer Kugelstoß (Weite in cm : kg) • [das bessere Ergebnis wird gewertet) • Techniküberprüfung mit freige wähltem Gewicht (35%)

Stapaerobik/ Aerobik

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend /	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr.
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – <u>Unterrichtsvorhaben:</u>	B / A	8	17, 33, 3, 2	18	26

Die Schülerinnen und Schüler können...

Sachkompetenz:

- die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben,
- ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,
- das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumbenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

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

Methodenkompetenz:

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen,
- Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten,
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz:

- die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen
- bewegungsbezogene Klischees (Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände /	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Erlernen der Schritte im Plenum und mit Hilfe- Karten - Wiederholen und Vertiefen im Plenum - Unterrichtsvorhaben: - Einüben einer kleinen Choreografie in Kleingruppen - Präsentation - Erstellung einer Gesamtchoreographie und Durchführung zu unterschiedlichen BPM - Erstellung eines Kriterienkatalogs für eine gute Präsentation 	<ul style="list-style-type: none"> - Schrittkombination in Gruppe üben und präsentieren - Zusammenführung einer Gesamtchoreographie - Verschiedene BPM ausprobieren 	<ul style="list-style-type: none"> - Step-Aerobic-Schritte - BPM 	<ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit der Schritte - Koordination - Mitarbeit - Armbewegung - Körperhaltung- und Spannung

Unterrichtsvorhaben:

Fitness Studio in der Sporthalle

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(1) <i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<u>D</u>	8	15, 9	12	27

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ✦ ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln
- ✦ ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen,
- ✦ ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen,
- ✦ sich selbstständig funktional- allgemein und sportartenspezifisch- aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen¹
- ✦ eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben

Sachkompetenz

- ✦ grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben,
- ✦ ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern,
- ✦ koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen.

Methodenkompetenz:

- ✦ einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten
- ✦ grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den

¹ **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen)**

Die Schülerinnen und Schüler können...

- sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen

[UV – übergreifend einbinden? allgemein und sportartspezifisch]

menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Kraft-Ausdauer) entwerfen und umsetzen

Urteilskompetenz:

- ⤴ ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen,
- ⤴ gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige **und medial vermittelte Fitnesstrends, Körperideale und Verhaltensweisen (auch unter Geschlechteraspekten)** beurteilen,
- ⤴ **den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren.**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ In sportbezogenen Anforderungssituationen physische Leistungsfähigkeit nachweisen, grundlegend beschreiben und beurteilen ⤴ Eigene Leistungsfähigkeit unter Rückbezug auf die individuelle Bezugsnorm evaluieren. ⤴ ein Aufwärmprogramm selbstständig gestalten 	<ul style="list-style-type: none"> • körperliche Reaktionen und Leistungsfähigkeit in EA und PA erkennen, einschätzen und beurteilen 	<ul style="list-style-type: none"> • Dehnfähigkeit • Muskeltraining • Organisationsfähigkeit • Fachbegriffe • Muskelgruppen • Antagonisten • Muskeltonus • Puls 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • Zusammenarbeit in der Gruppe • Beteiligung beim Auf- und Abbau <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Umsetzung der Aufgabe; ist das Gerät sicher aufgebaut, die Übung funktional

Unterrichtsvorhaben:

Waveboard

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(8) Gleiten, Fahren, Rollen- Rollsport	C / D / F	8	18, 37b	6	28

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ☞ sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern
- ☞ gerätspezifische, technisch-kordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren,
- ☞ technisch-kordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern

Sachkompetenz

- ☞ unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern,
- ☞ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- ☞ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.

Methodenkompetenz:

- ☞ beim Gleiten oder Fahren allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen erläutern und anwenden
- ☞ Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden,

Unterrichtsvorhaben:

- ✦ Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern

Urteilskompetenz:

- ✦ die situativen Anforderungen an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Befinden beurteilen
- ✦ Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren unterscheiden und beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Unfall- und Verletzungsprophylaxe - Gesundheitsfördernde Effekte des Rollsports kennenlernen - Angemessenes Verhalten in risikobehafteten Situation - Umgang mit Verletzungen auf der Strasse - Erkennen der eigenen Grenzen - Möglichkeiten der Fortbewegung - Körperschwerpunkt 	<ul style="list-style-type: none"> - Hindernisparcour bewältigen (Koordination/Ausdauer) - Allgemeine Fahrtüchtigkeit - Gelände angepasstes Fahrverhalten 	<ul style="list-style-type: none"> - Bremsarten - Pflugfahren unter versch. Bedingungen - Pflugkurven - Merkmale der Gewichtsverlagerung - Carven - Kurzschwünge - Fahren bei schlechter Sicht Fachbegriffe - Schwungbein ! Standbein ! backside, frontside ! Schwungradius ! Schwungsteuerung ! Körperschwerpunkt 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sicheres und verantwortungsbewusstes Verhalten auf dem Gelände - Korrektes Handeln in verschiedenen Situation - Bewegungsabläufe demonstrieren <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Präsentation der Fahrtechnik - Bewältigen eines Hindernisparcours (Slalom,...)

Unterrichtsvorhaben:

Frisbee

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E / A	8	X	14	29

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln
- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden

Sachkompetenz

- Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.
- für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.

Methodenkompetenz:

- Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern
- einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden

Urteilskompetenz:

- Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Entscheidung für ein noch relativ unbekanntes Spiel - Informationen über das Spiel Frisbee - Erprobung und anschließende Reflexion. - Vgl. mit anderen bekannten Spielen 	<p>Variieren und verändern => Anpassung an die jeweiligen Bedingungen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erlernen der kulturellen Hintergründe (Geschichte, Herkunft, Entwicklung) - Evtl. in Gruppen verschiedene Spiele und Regeln erarbeiten und vorstellen 	<p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Fairplay („Spirit of the game“) - Backhand - Sandwichcatch - Sidearm - Kooperieren / Konkurrieren 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sozialverhalten - Motivation und Anstrengungsbereitschaft - Sportmotorische Fertigkeiten und Fähigkeiten - Kreativität und Ideenreichtum <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hilfe bei Auf- und Abbau - Ausprägung der sportmotorischen Fertigkeiten

Wir bereiten uns auf das Sportfest vor!- Gruppentaktische Elemente in Ballsportarten

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(7) Spielen in und mit Regelstrukturen (Schwerpunkt: Basketball)	D E	8	4, 16,23, 24,35	14	30

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

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

Sachkompetenz

- Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern (aufbauend/anknüpfend an Frisbee)

Methodenkompetenz:

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)
- analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen

Urteilskompetenz:

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen
 (1)Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: d 1, d 2, e 1, e 2

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Didaktische Entscheidungen</p> <p>Erarbeitung einfacher taktischer Grundprinzipien:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▲ Aufstellungen ▲ Verteidigungsformen ▲ Taktisches Verhalten <p>beim TT-Doppel</p>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> ▲ Gegenseitige Spielbeobachtung hinsichtlich der Aspekte der späteren Bewertung mit anschließender Auswertung im Plenum ▲ Gemeinsame Festlegung von Übungsschwerpunkten ▲ Spiele mit veränderten Regeln, die die Entwicklung der taktischen Spielfähigkeit unterstützen: <p>z.B.: Ein Angriff startet erst, wenn jeder Spieler seine Spielposition richtig eingenommen hat</p> <p style="text-align: center;">○</p>	<p>Theoretische Unterrichtsinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> ▲ Spielpositionen ▲ Aufstellungsformen ▲ Laufwege beim Anbieten und Freilaufen <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Individual-, gruppen- und Mannschaftstaktik 	<p>Unterrichtsbegleitend (50%)</p> <p>Engagement im Verlauf des UV</p> <p>Punktuell (50%)</p> <p>Spielbeobachtung und Bewertung nach folgenden Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Richtige Spielposition einnehmen bzw. richtige Schlagauswahl - Aktives Anbieten und Freilaufen bzw. Position an der Platte - Individualtaktische Entscheidungen situativ richtig treffen - Aktivität und Einsatz im Spiel - Regeleinhaltung

Die Bretter der Welt - Winterkompaktkurs

Unterrichtsvorhaben:

Le Parkour en groupe – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden.

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nummer
(5) Bewegen an Geräten- Turnen	E A D	9	5,10	12	3

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BKW)

- an ihre individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen
- eine turnerische oder akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen
- zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern.

Sachkompetenz

- koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen,
- die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben,

Methodenkompetenz (MK)

- Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern
- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben, sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen,
- unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.

Urteilskompetenz (UK)

- ✦ Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen
- ✦ eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Festlegung von Sicherheitsregeln - Erarbeitung der Grundtechniken - Gestaltung eines Einzellaufs - <p>Unterrichtsgegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grundtechniken - Verbindung von zwei Grundtechniken zu einem Kurzlauf - Einzellauf mit min. 5 Techniken 	<ul style="list-style-type: none"> - Videopräsentation zum Einstieg - Stationenlernen zur Erarbeitung der Grundtechniken - Partnerarbeit bei der Verbindung von Elementen - Partnerkorrektur im Verlauf der Erarbeitung des Einzellaufs - - <p>Unterrichtsmaterial</p> <ul style="list-style-type: none"> - Stationenkarten - Grundtechniken 	<p>Theoretische Unterrichtsinhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> - Entstehung und Philosophie des Bewegungstrends Parkour - Sicherheitsregeln - - <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bezeichnung der Grundtechniken (siehe Stationenkarten) 	<p>Unterrichtsbegleitend (20%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Engagement und Fortschritt in den einzelnen Unterrichtsstunden - <p>Punktuell (80%)</p> <ul style="list-style-type: none"> - verbindliche Kriterien für den Gruppenlauf - Sicherheit - flüssige Bewegung - Schwierigkeit der Techniken - Anzahl der Techniken <p>weitere Kriterien können gffs. mit dem Kurs festgelegt werden</p>

Unterrichtsvorhaben:

Judotechniken am Boden oder/und im Stand

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(9) Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	A / C / E	9	X	12	32

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ▲ Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch kognitive Fähigkeiten (z.B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen **im Stand und am Boden** anwenden
- ▲ Mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen

Sachkompetenz

- ▲ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ▲ emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben,
- ▲ die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern.

Methodenkompetenz:

- ▲ Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten
- ▲ kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben
- ▲ **analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen**

Urteilskompetenz:

- ▲ die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen
- ▲ Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen
- ▲ **den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen.**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Wdh: Sicherheitshinweise (Kleidung, Schmuck,...), Regeln z.B. Stoppregel, Abschlagen, Halten in Rückenlage (Punktesystem) - Spielformen zu Körperkontakt, Kooperation, Vertrauen (Transportband, Fallen in Gasse) - Fairness, Rücksichtnahme - Partnerarbeit: WH Prinzipien Umdrehen aus Bankposition - Gleichgewicht brechen aus Kniestand zum Boden - Halten in Rückenlage - Erarbeitung: Haltegriffe am Boden 	<ul style="list-style-type: none"> - Dreiergruppen: Arbeit in Zweiergruppen mit 3. Person als Beobachter und Schiedsrichter (Verantwortung für Kämpfer und Sicherheit im Raum) - Erarbeitungsphase von Haltegriffen - Beobachter mit Beobachtungsbogen - Abschließendes Bodenrandori auf zwei Mattenflächen mit Schiedsrichtern - Beobachtungsauftrag an „Zuschauer“ - Varianten: Wahl des Gegners durch L, Zufallsprinzip, freie Wahl - Begrüßungsritual 	<ul style="list-style-type: none"> - Gegenstände - Techniken und Prinzipien des Haltens - Haltgriffe und Befreiungen - Fallschule - Judo-angriffsmöglichkeiten <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> - Vertrauen - Fairness in Konkurrenz - Rücksichtnahme - Verantwortung - Bodenrandori - Haltegriffe - Körperschwerpunkt 	<p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeleinhaltung - Fairness - Kenntnis und Anwendung der Haltegriffe - Anwendung der Techniken im Bodenrandori - Ausnutzung von den erarbeiteten Prinzipien: Druck – Gegendruck, Rotation, Stützen wegnehmen, KSP, Belasten - Leistungsbereitschaft

<ul style="list-style-type: none"> - Einführung von 3 Haltgriffen aus dem Bereich Judo z.B. Kuzure-Kesa-Gatame (Schärpenhaltegriff), Tate-shio-Gatame (Reitvierer), Yoko-Shio-Gatame (von der Seite) und individuelle Erarbeitung zu Möglichkeiten der Befreiung - Beginn Fallschule: rw, sw, vw in spielerischer Form - Spielformen zu Körperkontakt, Kooperation, Vertrauen (Schildkrötenwenden, Mattenkönig, Transportband, Fallen in Gasse) - Erarbeitung eines chancengleichen Regelwerkes (Fairness, Rücksichtnahme) - Partnerarbeit: Festigung Haltegriffe, Befreien, Fallschule 	<ul style="list-style-type: none"> - Dreiergruppen: Arbeit in Zweier-gruppen mit 3.Person als Beobachter und Schiedsrichter (Verantwortung für Kämpfer und Sicherheit im Raum) - Fallschule häufig wiederholen!! - Erprobung in Dreiergruppen - Anwendung: Wechsel der Paare bzw. Dreiergruppen (2 bleiben einer geht) 		
--	--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> - Sicherung Fallschule: rw, sw, vw in spielerischer Form - Induktive Erarbeitung von Techniken aus dem Stand: Angriffs- und Ausweichmöglichkeiten mit der Fußtechnik: vom Beinchen stellen zu den Judotechniken: Fußfeger und große Außensichel - Fachbegriffe - Halten und Belasten, Gewichts-verlagerung und Kontrolle, KSP, Ausweichen, Gleichgewicht brechen, Fußfeger, große Außensichel 	<p>Beobachtungsaufträge an „Zuschauer“</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regeleinhaltung - Fairness, Umgang mit Sieg und Niederlage (Frustr / Freude) 		
--	--	--	--

Unterrichtsvorhaben:

Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen: Erlernen und Weiterführen einer Hip-Hop-Choreographie in der Gruppe

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(6) Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	B / A	8	X	12	26

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterisch Bewege- auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern,
In eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Rhythmus, Dynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren

Sachkompetenz

- ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen,
- das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben.

Methodenkompetenz:

- unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen,
- Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten,
- kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden.

Urteilskompetenz:

- Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen - auch unter Verwendung digitaler Medien - nach vorgegebenen Kriterien (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen
- bewegungsbezogene Klischees in diesem Bewegungsfeld beurteilen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> - Choreographie in der großen Gruppe lernen - Bildung von Kleingruppen und Erstellung einer variierenden Choreographie mit denselben Schritten, aber einer anderen Reihenfolge „aus Alt macht Neu“ - Gruppenpuzzle - Weiterarbeit in Kleingruppen an der Choreographie nach bestimmten Kriterien und Vorgaben 	<ul style="list-style-type: none"> - Musik einheitlich durch die SuS wählen lassen, Aktualität beachten - von Frontal- zu Gruppenarbeit - Erarbeitung und Wiederholung der Kriterien auf einem Plakat - Arbeitskarten - Wandzeitung: Ausführungskriterien, Gestaltungskriterien, Schritte - Anschließendes Filmen der Tänze und Reflektion 	<ul style="list-style-type: none"> - Wdh. der Begrifflichkeiten aus der 5./6. Klasse: Bewegungsgrundformen - Rhythmus <p>Beat Takt Raum Off-Beat Körperspannung Neu hinzu kommen: Zählzeiten</p> <ul style="list-style-type: none"> - Hip-Hop-Begriffe wie fast Jump, Kreuzschritt, Rapschritt, Kick and turn u.a. 	<ul style="list-style-type: none"> - In der Gruppe festgelegte Ausführungs- und Gestaltungskriterien, z.B. - Raumwege <p>Ausdruck</p> <ul style="list-style-type: none"> - Schwierigkeit der Schritte - Rhythmus <p>Formation</p> <ul style="list-style-type: none"> - Gruppen geben sich gegenseitig für folgende Kriterien Noten, diese werden addiert. - Lehrer gibt Gesamtnote: Gruppennote und Einzelnote

Unterrichtsvorhaben:

Flag-Football als neue Spielidee – eine neue Spielstruktur analysieren und den vorhandenen Bedingungen anpassen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nummer
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	A E	9	36b, 6	12	32

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- ♣ spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden
- ♣ in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln
- ♣ Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen

Sachkompetenz

- ♣ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.
- ♣ Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ♣ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln dieser Spielidee bzw. Wettkampfsituation kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.

Methodenkompetenz (MK)

- ♣ Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern
- ♣ einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden

Urteilskompetenz (UK)

- ♣ Bewegungsspiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltliche Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Erweiterung der Spielfähigkeit in Sportspielen ⤴ Sportspiel aus anderen Kultur kennenlernen ⤴ Technisch-koordinative Fertigkeiten mit dem Football erlernen ⤴ Taktisch-kognitive Fähigkeiten erweitern <p><u>Unterrichtsgegenstände</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Passen, Fangen, Freilaufen und Anbieten in versch. Übungs- und Spielsituationen anwenden ⤴ Technik des Werfens und Fangens mit einem Football ⤴ Regelwerk selbstständig erarbeiten und verändern ⤴ Laufwege erlernen und spielgemäß anwenden können 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ von bekannten kleinen Spielen (Parteiball/Jägerball) zur neuen Spielform ⤴ Kennenlernen verschiedener Endzonenspiele <p><u>Unterrichtsmaterial</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Footballs ⤴ Flags ⤴ http://www.afvd.de/download/Flag-Reader.pdf 	<ul style="list-style-type: none"> ⤴ Ein Spiel leiten können ⤴ Gemeinsam taktische Spielzüge erstellen und anwenden ⤴ Charakteristika von Endzonenspielen <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Spielerpositionen: Quarterback, Running Back, Center ⤴ Anspiel: Snap ⤴ Laufwege: Fly, Out, In, Corner, Post, Curl, Slant, Hitch ⤴ Touchdown ⤴ Line of Scrimmage (LOS) ⤴ Blitz 	<p><u>Unterrichtsbegleitend (50%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Hilfe bei Auf- und Abbau ⤴ Soziale Kompetenzen / Kooperation ⤴ Kenntnisse der Fachbegriffe <p><u>Punktuell (50%):</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ⤴ Demonstration des Werfens und Fangens unter Berücksichtigung der footballtypischen Laufwege (25%) ⤴ Anwendung verschiedener taktischer Angriffsspielzüge in einer spielgemäßen Situation (25%)

Unterrichtsvorhaben:

Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit im Tischtennis erlernen

Bewegungsfeld	Inhaltsfeld leitend / ergänzend	Jahrgangsstufe	Vernetzung mit dem UV Nr.	Dauer des UV	Laufende Nr. des UV
(2) Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	E / A	9	16, 24	14	35

Die Schülerinnen und Schüler können...

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenzen:

- ↗ Erweiterte technisch-kordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern
- ↗ sich in komplexeren Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten
- ↗ Spielregeln sicher anwenden und ihre Funktion erklären können

Sachkompetenz

- ↗ Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern,
- ↗ Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern,
- ↗ für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern.

Methodenkompetenz:

- ↗ Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen
grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen
- ↗ anwenden,
- ↗ analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen,

Unterrichtsvorhaben:

- ✦ unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden.

Urteilskompetenz:

- ✦ Spielsituationen und Schlagtechniken anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen, Technikbilder) beurteilen
- ✦ den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen,
- ✦ den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten.

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> • Sportspiel auf jedem Fertigkeitensniveau spielen können im Sinne des Taktik-Spiel-Modells Unterrichtsgegenstände • Schlägerhaltung Rückhand-Topspin • Übungsform 1: Rückhand-Topspin nach hohem Zuspiel / Wurf • Spielform 1: Rollenzuteilung Defensiv- / Offensivspieler im Doppel • Doppel-Kaiserturnier 	<ul style="list-style-type: none"> • Umsetzen der zentralen Spielidee "Spiele so, dass der Gegner Probleme hat den Ball zu erlangen" • PA: Korrekturhilfen und Arbeitsblätter nutzen (Lerntheke, Stationenlernen) • Schüler- bzw. Lehrer-demonstrationen 	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> • Taktisches Verhalten im Doppel • Organisationsfähigkeit <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rückhand-Topspin • Aufschlagvariationen in Einzel und Doppel • Schupfen 	<p>Unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Anstrengungsbereitschaft • hohe Aufmerksamkeit • Progression <p>Punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Beobachtung eines Paares nach den vorgegebenen Leitsätzen (siehe Unterrichtsgegenstände / Fachbegriffe) • Leistung in Kaiserturnieren