

***Curriculum für die  
Gesamtschule Freudenberg  
im Fach Sport***

***überarbeitet im März 2020***

## **Gliederung**

### **1.Aufgaben und Ziele des Faches**

### **2.Curricula für die einzelnen Jahrgänge**

- a. Curriculum für den Doppeljahrgang 5 und 6**
- b. Curriculum für den Doppeljahrgang 7 und 8**
- c. Curriculum für den Doppeljahrgang 9 und 10**
- d. Curriculum für Stufe 11**
- e. Curriculum für Stufe 12**
- f. Curriculum für Stufe 13**

### **3.Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung**

# **1. Aufgaben und Ziele des Faches**

**Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I der Gesamtschule leistet einen spezifischen Beitrag zur Erfüllung des Bildungsauftrags dieser Schulform. Er baut auf den in der Grundschule erworbenen Kompetenzen auf und ist der Entwicklung und Förderung ganzheitlicher Bildung von Kindern und Jugendlichen verpflichtet.**

**Bei allen Kindern und Jugendlichen soll die Freude an der Bewegung sowie am individuellen und gemeinschaftlichen Sporttreiben geweckt, erhalten und vertieft werden.**

**Die Vielfalt der sozialen Voraussetzungen und der kulturellen Herkunft soll als bereichernd erfahren werden. Unterschiede sollen bewusst erlebt, Verschiedenheit respektiert und gemeinsames Lernen erlebt werden. Dabei wird der Heterogenität und Vielfalt in der Gestaltung von Schule und Unterricht Rechnung getragen. Die eigene**

**Bewegung und Körperwahrnehmung sollen vielfältig in unterschiedlichen individuellen und sozialen, sport- und bewegungsbezogenen Zusammenhängen entwickelt werden. Dabei werden unterschiedliche Sinnrichtungen und Motive sowie deren Bedeutsamkeit für Schülerinnen und Schüler berücksichtigt.**

**Die entsprechende pädagogische und fachdidaktische Grundlegung für das Fach Sport ist für alle Schulformen und Schulstufen in den Rahmenvorgaben für den Schulsport in der jeweils geltenden Fassung<sup>1</sup> differenziert entfaltet. Die pädagogische Leitidee für den Sportunterricht, der sportbezogen bilden und gleichzeitig erziehen**

**soll, wird als Doppelauftrag formuliert:**

**Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport und Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.**

**Dieser Doppelauftrag wird durch sechs pädagogische Perspektiven akzentuiert (s. Rahmenvorgaben für den Schulsport):**

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)**
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegung gestalten (B)**
- Etwas wagen und verantworten (C)**
- Das Leisten erfahren, verstehen und einschätzen (D)**
- Kooperieren, Wettkämpfen und sich verständigen (E)**
- Gesundheit fördern, Gesundheitsbewusstsein entwickeln (F)**

**Diese sechs pädagogischen Perspektiven sind mit den Grundsätzen eines erziehenden Unterrichts in Verbindung mit den Inhaltsbereichen bzw. Bewegungsfeldern im Sportunterricht verbindlich in Unterrichtsvorhaben umzusetzen.**

**Der Kernlehrplan Sport für die Sekundarstufe I der Gesamtschule geht von einer übergreifenden fachlichen Handlungskompetenz aus. Sie erschließt Schülerinnen und Schülern die Wirklichkeit von Bewegung, Spiel und Sport in unterschiedlichen individuellen und sozialen Zusammenhängen und mit unterschiedlichen Sinnrichtungen und ermöglicht ihnen das eigene Tun und das anderer kritisch zu reflektieren und zu beurteilen. Diese Handlungskompetenz beinhaltet drei Kompetenzbereiche:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Methodenkompetenz und Urteilskompetenz.**

**Der Sportunterricht ist so anzulegen, dass diese drei Kompetenzbereiche angemessen umgesetzt werden. Dabei wird sportliches Bewegungshandeln mit der Fähigkeit verknüpft, sportliche Handlungssituationen und Sachverhalte kognitiv zu erfassen und nach fachspezifischen Kriterien reflektieren und beurteilen zu können. Durch die Verknüpfung der drei Kompetenzbereiche soll es auch gelingen, Verantwortung für sich selbst und in sozialen Kontexten zu entwickeln. Besondere Bedeutung im Schulsport der Gesamtschule kommt der Heterogenität der Schülerinnen und Schüler zu: Der Zugang zu Bewegung, Spiel und Sport ist in besonderer Weise durch unterschiedliche Geschlechterperspektiven, durch interkulturelle Unterschiede, unterschiedliche soziale und ökonomische Lebenslagen bestimmt.**

**Aus diesem Grunde kommt der Werteerziehung und der Ächtung von Diskriminierung eine besondere Bedeutung zu. Zudem sollen Bewegung, Spiel und Sport in der Schule über den obligatorischen Sportunterricht hinaus integrale Bestandteile von Unterricht und Schulleben (vgl. Rahmenvorgaben für den Schulsport) sein. Der außerunterrichtliche Schulsport und der Ganztags bieten besonders an der Gesamtschule zahlreiche Möglichkeiten der Erweiterung und Akzentuierung sportlicher Angebote. Die pädagogische Wirksamkeit von Bewegung, Spiel und Sport entfaltet sich erst dann, wenn es gelingt, den außerschulischen Sport als Erprobungsfeld sportlichen Handelns im Schulleben zu verankern und ihn mit dem Sportunterricht zu verzahnen. Der außerunterrichtliche Sport bietet Möglichkeiten und vielfältige Chancen der Anwendung erworbener Kompetenzen im Rahmen von Schule. Im Fach Sport bieten sich besondere Chancen, Beiträge zu überfachlichen Erziehungsaufgaben und fächerverbindenden Projekten zu leisten. Die Verknüpfung von Unterrichtsvorhaben im Zusammenwirken mit anderen Fächern auf der Basis fachkonferenzbezogener Absprachen ermöglicht einen vernetzten und vertieften Kompetenzaufbau, der die Integration der fachlichen Aufgaben und Anforderungen in fachübergreifenden Zusammenhängen ermöglicht.**

**Der kompetenzorientierte Kernlehrplan für den Sportunterricht beschreibt Lernergebnisse in Form von Kompetenzerwartungen jeweils zum Ende der Jahrgangsstufen 6, 8 und 10. Dabei beschränkt sich die Darstellung auf wesentliche Fähigkeiten, Fertigkeiten und Kenntnisse auf mittlerem Leistungsniveau.**

**Der Erwerb einer umfassenden Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport muss mit einer fachbezogenen Sprachförderung verknüpft werden. Lernprozesse bezogen auf Fachwissen und methodische Fähigkeiten sowie auf die Beurteilung und Bewertung von bewegungs- und sportspezifischen Sachverhalten und Problemstellungen sind ebenso auch sprachlich vermittelt wie die Beschreibung sportlicher Handlungen und der kommunikative Austausch darüber. Solche sprachlichen Fähigkeiten entwickeln sich nicht naturwüchsig auf dem Sockel alltagssprachlicher Kompetenzen, sondern müssen gezielt in einem sprachsensiblen Fachunterricht angebahnt und vertieft werden. Insbesondere diejenigen Schülerinnen und Schüler, die in ihren Familien wenig Kontakt zur schriftsprachlichen Kultur haben und/oder mit einer anderen Sprache als Deutsch aufgewachsen sind, bedürfen auch im Sportunterricht der besonderen sprachlichen Förderung und Unterstützung, weil sie sonst das unterrichtliche Lernangebot nicht erfolgreich nutzen können.**

**In der Stadt Freudenberg sind wir gut vernetzt mit den unterschiedlichen Vereinen, die auch in der Schule im Ganztagsbereich tätig sind. So werden vom TV Freudenberg Abteilung Basketball, von Fortuna Freudenberg Abteilung Fußball und VC Freudenberg Abteilung Volleyball AG´s angeboten. Deshalb möchten wir im Sportunterricht auch diese Vereine unterstützen, in dem diese Sportarten zu den besonderen Angeboten zählen.**

**Auch am Schülerlauf der AOK Siegen-Wittgenstein nehmen wir regelmäßig mit den Klassen 5 und 6 teil.**

**Im Folgenden sind jeweils die Unterrichtsvorhaben, das Bewegungsfeld, die Kernkompetenzen und die Zeitstruktur für einen Doppeljahrgang tabellarisch erfasst. Die pädagogischen Perspektiven werden jeweils bei den Kernkompetenzen mit ihrem jeweiligen Kennzeichnungsbuchstaben mit aufgeführt.**

**Es wird bewusst auch Freiraum der zur Verfügung stehenden Stunden gegeben, so dass auf besondere Wünsche und Bedürfnisse der Schüler und auch der unterrichtenden Kollegen eingegangen werden kann.**

## 2. Curriculum der einzelnen Jahrgangsstufen

### a. Curriculum des Faches Sport für die Jahrgänge 5/6

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>Kernkompetenzen</b>	<b>Zeitstruktur /Schuljahr</b>
<b>1 den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsschulung</li> <li>- Individuelles Aufwärmen</li> <li>- Sportspezifisches Aufwärmen</li> <li>- Zirkeltraining</li> <li>- Ausdauerschulung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern</li> <li>- Sinnesschulung</li> </ul> <p>A, F</p>	Integriert in die anderen Stunden
<b>2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	<p>Lauf- und Fangspiele mit und ohne Geräte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kegelball</li> <li>- Völkerball mit Variationen</li> <li>- Brennball mit Variationen</li> <li>- Jägerball</li> <li>- Eroberer u.a.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperieren</li> <li>- Kämpfen mit und gegeneinander</li> <li>- Regelbewusstsein</li> <li>- Teamfähigkeit</li> </ul> <p>E, F</p>	20 Stunden
<b>3 Laufen – Springen – Werfen (Leichtathletik)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufabzeichen</li> <li>- Sprintdisziplinen (50/75M)</li> <li>- Ausdauerstrecke (15 Min)</li> <li>- Weitsprung</li> <li>- Schlagball</li> <li>- Staffellauf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundkomponente Ausdauer</li> <li>- Grundlegende koordinative Fertigkeiten der Leichtathletik ausführen können</li> <li>- Bei einer Ausdauerleistung die individuelle Leistungsfähigkeit einschätzen</li> </ul> <p>D, F</p>	12 Stunden
<b>5 Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Üben an Geräten: Schwebebalken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Etwas wagen</li> </ul>	12 Stunden

	<b>Bodenturnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Körperspannung aufbauen</b></li> <li>- <b>Turnerische Grundformen beherrschen (Rollen, Sprünge, Balancieren)</b></li> <li>- <b>Koordination</b></li> </ul> <p><b>A,B,C,F</b></p>	
<b>6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Bewegungsgestaltung mit und ohne Musik unter Benutzung von Handgeräten</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Grundformen des Bewegens mit oder ohne Handgerät</b></li> <li>- <b>Sich körperlich ausdrücken</b></li> <li>- <b>Rhythmusschulung</b></li> <li>- <b>Körperbewusstsein</b></li> </ul> <p><b>A, B, C, F</b></p>	<b>14 Stunden</b>
<b>7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Basketball</b></li> <li>- <b>Fußball</b></li> <li>- <b>Ringtennis</b></li> <li>- <b>Tischtennis</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>technische, koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden</b></li> <li>- <b>sich in Spielsituationen regelkonform verhalten</b></li> <li>- <b>Partner- oder Mannschaftsspiel fair miteinander und gegeneinander spielen</b></li> </ul> <p><b>C, D, E, F</b></p>	<b>36 Stunden</b>
<b>9 Ringen und Kämpfen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Kleine Zweikämpfe</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Fair im Zweikampf handeln</b></li> <li>- <b>In einfachen Kampfsituationen regelgerecht kämpfen</b></li> <li>- <b>Rücksicht nehmen</b></li> <li>- <b>Grundtechniken ausführen</b></li> </ul> <p><b>A, C, E, F</b></p>	<b>10 Stunden</b>

## **Außerunterrichtliche Aktivitäten:**

**Teilnahme an den Kreismeisterschaften verschiedener Disziplinen (Basketball/Fußball etc.)**

**Teilnahme am Milchcup (Tischtennisturnier)**

**Teilnahme am Siegerländer Schülerlauf**

**Basketballturnier (schulintern)**

**Fußballturnier (schulintern)**

**Im Wechsel Bundesjugendspiele Sommer oder Triathlon**

**b. Curriculum des Faches Sport für die Jahrgänge 7/8 (in den Klassen 7 und 8 können die Bewegungsfelder 4,8 und 9 im Moment nicht abgedeckt werden)**

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>Kernkompetenzen</b>	<b>Zeitstruktur /Schuljahr</b>
<b>1 den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsschulung</li> <li>- Individuelles Aufwärmen</li> <li>- Sportspezifisches Aufwärmen</li> <li>- Zirkeltraining</li> <li>- Ausdauerschulung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern</li> <li>- Sinnesschulung</li> </ul> <p><b>A, F</b></p>	Integriert in die anderen Stunden
<b>2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	<b>Lauf- und Fangspiele mit und ohne Geräte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperieren</li> <li>- Kämpfen mit und gegeneinander</li> <li>- Regelbewusstsein</li> <li>- Teamfähigkeit</li> </ul> <p><b>E, F</b></p>	<b>20 Stunden</b>
<b>3 Laufen – Springen – Werfen (Leichtathletik)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprintdisziplinen (75/100M)</li> <li>- Ausdauerstrecke (15 Min)</li> <li>- Weitsprung</li> <li>- Schlagball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundkomponente Ausdauer</li> <li>- Weiterführende koordinative Fertigkeiten der Leichtathletik ausführen können</li> <li>- Bei einer Ausdauerleistung die individuelle Leistungsfähigkeit einschätzen</li> </ul> <p><b>D, F</b></p>	<b>12 Stunden</b>
	<b>- Üben an Geräten:</b>	<b>- Etwas wagen</b>	<b>12 Stunden</b>

<b>5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Schwebebalken,</b></li> <li>- <b>Barren,</b></li> <li>- <b>Bodenturnen,</b></li> <li>- <b>Sprünge integriert in einen Parcour</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Körperspannung aufbauen</b></li> <li>- <b>Turnerische Grundformen beherrschen (Rollen, Sprünge, Balancieren)</b></li> <li>- <b>Koordination</b></li> </ul> <p><b>A, B, C, F</b></p>	
<b>6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Bewegungsgestaltung mit und ohne Musik unter Benutzung von Handgeräten</b></li> <li>- <b>Stepaerobik</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Feinformen des Bewegens mit oder ohne Handgerät</b></li> <li>- <b>Sich körperlich ausdrücken</b></li> <li>- <b>Bewegung gestalten</b></li> <li>- <b>Rhythmusschulung</b></li> <li>- <b>Körperbewusstsein</b></li> </ul> <p><b>A, B, C, F</b></p>	<b>14 Stunden</b>
<b>7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Basketball</b></li> <li>- <b>Fußball</b></li> <li>- <b>Volleyball</b></li> <li>- <b>Badminton</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>technische, koordinative Fertigkeiten in der verbesserten Form anwenden</b></li> <li>- <b>sich in Spielsituationen regelkonform verhalten</b></li> <li>- <b>Partner- oder Mannschaftsspiel fair miteinander und gegeneinander spielen</b></li> </ul> <p><b>C, D, E, F</b></p>	<b>36 Stunden</b>

## **Außerunterrichtliche Aktivitäten:**

**Teilnahme an den Kreismeisterschaften verschiedener Disziplinen (Basketball/Fußball etc.)**

**Basketballturnier (schulintern)**

**Fußballturnier (schulintern)**

**Im Wechsel Bundesjugendspiele Sommer oder Triathlon**

## C. Curriculum des Faches Sport für die Jahrgänge 9/10

(In den Klassen 9 und 10 werden aus unterschiedlichen Gründen die Bewegungsfelder 4,8 und 9 nicht abgedeckt. In der Klasse 10 werden Unterrichtsinhalte auch von den Schülern selbstständig erarbeitet und die Stunden unter Anleitung des Lehrers durchgeführt)

<b>Bewegungsfeld</b>	<b>Unterrichtsvorhaben</b>	<b>Kernkompetenzen</b>	<b>Zeitstruktur /Schuljahr</b>
<b>1 den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsschulung</li> <li>- Individuelles Aufwärmen</li> <li>- Sportspezifisches Aufwärmen</li> <li>- Zirkeltraining</li> <li>- Ausdauerschulung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern</li> <li>- Sinnesschulung</li> </ul> <p>A, F</p>	Integriert in die anderen Stunden
<b>2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b>	Lauf- und Fangspiele mit und ohne Geräte -	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kooperieren</li> <li>- Kämpfen mit und gegeneinander</li> <li>- Regelbewusstsein</li> <li>- Teamfähigkeit</li> </ul> <p>E, F</p>	20 Stunden
<b>3 Laufen – Springen – Werfen (Leichtathletik)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufabzeichen</li> <li>- Sprintdisziplinen (100M)</li> <li>- Ausdauerstrecke (25 Min)</li> <li>- Weitsprung</li> <li>- Kugelstoßen</li> <li>- Hochsprung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundkomponente Ausdauer</li> <li>- Weiterführende koordinative Fertigkeiten der Leichtathletik ausführen können</li> <li>- Bei einer Ausdauerleistung die individuelle Leistungsfähigkeit einschätzen</li> </ul> <p>D, F</p>	12 Stunden

<b>5 Bewegen an Geräten – Turnen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Üben an Geräten:</b></li> <li>- <b>Parcour</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Etwas wagen</b></li> <li>- <b>Körperspannung aufbauen</b></li> <li>- <b>Anspruchsvollere Fertigkeiten des Turnens (Rollen, Sprünge, Balancieren) und in einen Parcour integrieren</b></li> <li>- <b>Koordination</b></li> </ul> <p><b>A, B, C, F</b></p>	<b>12 Stunden</b>
<b>6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Bewegungsgestaltung mit und ohne Musik unter Benutzung von Handgeräten</b></li> <li>- <b>Stepaerobik</b></li> <li>- <b>SpeedRope</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Formen des Bewegens mit oder ohne Handgerät</b></li> <li>- <b>Sich körperlich ausdrücken</b></li> <li>- <b>Bewegung gestalten</b></li> <li>- <b>Rhythmusschulung</b></li> <li>- <b>Körperbewusstsein</b></li> </ul> <p><b>A, B, C, F</b></p>	<b>14 Stunden</b>
<b>7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Basketball oder Fußball</b></li> <li>- <b>Volleyball</b></li> <li>- <b>Hockey (optional)</b></li> <li>- <b>Badminton</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>technische, koordinative Fertigkeiten in der Feinform oder Grobform anwenden</b></li> <li>- <b>sich in Spielsituationen regelkonform verhalten</b></li> <li>- <b>Partner- oder Mannschaftsspiel fair miteinander und gegeneinander spielen</b></li> </ul> <p><b>C, D, E, F</b></p>	<b>36 Stunden</b>

## **Außerunterrichtliche Aktivitäten:**

**Teilnahme an den Kreismeisterschaften verschiedener Disziplinen (Basketball/Fußball etc.)**

**Basketballturnier (schulintern und freiwillig)**

**Fußballturnier (schulintern und freiwillig)**

**Im Wechsel Bundesjugendspiele Sommer oder Triathlon**

### **3. Lernerfolgsüberprüfung und Leistungsbewertung**

**Die rechtlich verbindlichen Grundsätze der Leistungsbewertung sind im Schulgesetz (§ 48 SchulG NRW) sowie in der Ausbildungs- und Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I und II dargestellt. Da im Pflichtunterricht des Faches Sport in der Sekundarstufe I keine Klassenarbeiten vorgesehen sind, erfolgt die Leistungsbewertung ausschließlich im Beurteilungsbereich "Sonstige Leistungen im Unterricht". Die Leistungsbewertung bezieht sich insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Kompetenzen in allen Kompetenzbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung. Unter der Zielperspektive einer umfassenden Handlungskompetenz orientieren sich dabei auch die Lernerfolgskontrolle, Beurteilung und Notengebung an den pädagogischen Perspektiven und den Prinzipien eines erziehenden Sportunterrichts. Lernerfolgsüberprüfungen sind so anzulegen, dass sie den in den Fachkonferenzen gemäß § 70 SchulG beschlossenen Grundsätzen der Leistungsbewertung entsprechen. Die Kriterien für die Notengebung sollen für Schülerinnen und Schülern transparent sein, die jeweilige Überprüfungsform soll den Lernenden auch Erkenntnisse über die individuelle Lernentwicklung in wechselnden Kontexten und in ansteigender Lernprogression ermöglichen. Wichtig für den Lernfortschritt ist es, bereits erreichte Kompetenzen stärkenorientiert herauszustellen und die Lernenden – ihrem jeweiligen individuellen Lernstand entsprechend – zum Weiterlernen zu ermutigen. Dies wird individuell durch beurteilungsfreie Lernphasen unterstützt. Grundsätzlich sind alle in Kapitel 2 des Lehrplans ausgewiesenen Kompetenzbereiche mit ihren entsprechenden Kompetenzerwartungen bei der Leistungsbewertung angemessen zu berücksichtigen. Aufgabenstellungen zur Leistungsbewertung sollen deshalb darauf ausgerichtet sein, das Erreichen dieser Kompetenzerwartungen zu überprüfen. Dabei bilden die Kompetenzerwartungen der Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz die Basis der Leistungsbewertungen. Eine durchgängig isolierte, ausschließlich auf die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bezogene Leistungsbewertung ist nicht zulässig. Im Fach Sport kommen im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“ vielfältige Formen der Leistungsüberprüfung zum Tragen. Dabei ist die Unterscheidung zwischen punktuellen und unterrichtsbegleitenden Lernerfolgsüberprüfungen hilfreich und notwendig. Im Verlauf der Sekundarstufe I der Gesamtschule ist sicherzustellen, dass eine Anschlussfähigkeit für die Überprüfungsformen der gymnasialen Oberstufe gegeben ist.**

**Aufgabe der Fachkonferenz ist es, ein abgestimmtes Konzept zur Leistungsbewertung zu entwickeln, in dem festzulegen ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen zu erbringen sind. Die Fachkonferenz muss die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen und Schulstufen sicherstellen.**

**Zu verbindlichen Bestandteilen der „Sonstigen Leistungen im Unterricht“ im Durchgang der Sekundarstufe I der Gesamtschule zählen**

- **Bewegungshandeln: Demonstration technisch-koordinativer Fertigkeiten, psychophysischer, taktisch-kognitiver und ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten,**
- **Fachbezogene soziale Verhaltensweisen wie Hilfsbereitschaft, Rücksichtnahme, Kooperationsbereitschaft, Fairness, Konfliktfähigkeit,**
- **Fitness- und Ausdauerleistungstests im Sinne der Kompetenzerwartungen**
- **Qualifikationsnachweise wie z. B. Sportabzeichen,**
- **Wettkämpfe wie z. B. leichtathletische Mehrkämpfe, Turniere, Sport- und Spielfeste,**
- **Beiträge zur Unterrichtsgestaltung wie z. B. selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen, Mitgestaltung von Unterrichtsprozessen, Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter und Kampfrichteraufgaben,**
- **schriftliche Beiträge zum Unterricht wie z. B. Übungsprotokolle, Lerntagebuch, Stundenprotokolle, Kurzreferate**
- **mündliche Beiträge zum Unterricht wie z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Präsentationen.**

**Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer sowie ehrenamtliche Tätigkeiten sind verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis zu vermerken, sind jedoch nicht Teil der Sportnote. Der Erwerb von Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen ist im Zeugnis zu vermerken.**

**Die heterogene Schülerschaft der Gesamtschule macht es notwendig, die unterschiedlichen körperlichen, psychischen und sozialen Voraussetzungen und Lernmöglichkeiten der Schülerinnen und Schüler zu berücksichtigen und die individuellen Lern- und Leistungsfortschritte des Einzelnen in Verbindung mit den erwarteten Kompetenzen angemessen zu bewerten.**

## Jahrgangsstufe 5

Päd. Dauer  
Persp.

1. Sich zusammen anstrengen und Spaß haben - Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen (BF1; UV1)	A, D	6
2. Spielen auf dem Schulhof? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden (BF2; UV 1)	A,E	8
3. Laufen über Stock und Stein – Laufen in seiner Vielfalt anwenden (BF 3; UV 1)	A,E	4
4. Wir erproben verschiedene Sprunggeräte und unterschiedliche Sprunghöhen (BF 5; UV 1)	C, F	5
5. Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch-koordinative Grundformen (BF 6, UV 1)	A,B	6
6. „Wir spielen fair!“ – einfache Fußballtechniken in ausgewählten Spielsituationen in der Grobform anwenden. (BF 7, UV 1)	E,A	8
7. Wir rollen, stützen, drehen und springen am Boden (BF 5; UV 2)	C, F	6
8. Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt anwenden (BF 3; UV 2)	A, E	4
9. Basketball- Wir machen das Spielabzeichen.	A, E	8
10. Ringtennis- Partnerkooperationen, Regelakzeptanz, Fairplay, Hand-Auge Koordination einüben	A, E	8
11. Freiraum		8

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<b>A D</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>BF 3.1</b>	

### **Thema des UV:**

**„Sich zusammen anstrengen und Spaß haben“ - Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen**

### **Kompetenzerwartungen: 5 BWK 1.2**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Leistungsfähigkeit (Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß der individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen zeigen und grundlegend beschreiben.

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, a2, d1**

##### ***Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)***

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

##### ***Leistung (d)***

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:**

**BF1 „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen“**

**Thema des UV (1.1): „Sich zusammen anstrengen und Spaß haben“ - Lauf- und Staffelspiele spielen, Belastungssymptome erkennen und verstehen  
(4 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Belastungsmerkmale erkennen</li> <li>• versch. körperliche Reaktion benennen und beschreiben können</li> <li>• Leistungsbereitschaft zeigen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer, Schnelligkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele, Staffeln nach Anleitung</li> <li>• Einzel-, Gruppenläufe</li> <li>• Beobachtungsbogen zu körperlichen Belastungsmerkmalen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstbeobachtung</li> </ul>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendelstaffel, Rundstaffel</li> <li>• Staffellolympiade ( versch. Fortbewegungsarten)</li> <li>• Gruppenfangspiele</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spinnengang, Krebsgang, Froschhüpfen...</li> </ul>	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Leistungsbereitschaft</li> <li>• Einbringen der eigenen Leistung in die Gruppenleistung</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zeitläufe</li> </ul>

Bewegungsfeld/Sportbereich:2.1	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen</i>	<i>E,</i>	<i>5</i>	<i>8</i>		

**Thema des UV: „Spielen auf dem Schulhof? Verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden“**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 2.2, 6 MK 2.1, 6 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- *einfache Bewegungsspiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Gelingensbedingungen benennen und erläutern.*

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- *Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.*

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

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- *Mit- und Gegeneinander*
- *(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen*
- *Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten*

## BF 2 Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen

### Thema des UV (2.1): „Spielen auf dem Schulhof?“

#### Verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden“

( 6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielmöglichkeiten auf dem Schulhof kennenlernen und selbst entdecken</li> <li>• bekannte und unbekannte "Schulhofspiele" erproben</li> <li>• Spielideen erkennen und bewerten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielidee/Spielgedanke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• durch Erproben verschiedene Spiele kriteriengeleitet bewerten</li> <li>• in Kleingruppen gemeinsam Regeln variieren und an die Gruppenbedürfnisse anpassen</li> <li>• Schulhofspiele in Kleingruppen erfinden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriterien</li> <li>• Spielregeln</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Schulhofspiele (z.B. "Himmel &amp; Hölle", "Gummitwist"...)</li> <li>• Spiele mit vorgegebenen/frei gewählten Materialien erfinden und präsentieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielidee</li> <li>• Spielziel</li> <li>• Spielgegenstand</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeit in Kleingruppen (Kooperation und Kreativität)</li> <li>• Einbringen in Unterrichtsgespräche</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation und Anleitung einer eigenen Spielidee/-variante</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)]	[A]	[E]	[5]	[4]	[ ]	[ ]

**[ UV1: Laufen über Stock und Stein – Laufen in seiner Vielfalt erleben ]**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[ (3.1) grundlegende technisch-kordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden (Bewegungsfeld 3) ]

[ Wählen Sie eine Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz aus. ]

**Methodenkompetenz (MK)**

[ (3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3) ]

[ ]

**Urteilskompetenz (UK)**

[ (3.1) die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (Bewegungsfeld 3) ]

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[ Bewegungsstruktur und Bewegungskernen (a) ]

[ ]

[ Kooperation und Konkurrenz (e) ]

[ (a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens ]

[ (e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) ]

[ (a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung ]

[ (a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen ]

[ ]

[ ]

## Didaktische Entscheidungen

- Bewegungsgrundformen unterscheiden & anwenden
- Traktionskontrolle: Laufstil unterschiedlichen Untergrundbeschaffenheiten anpassen
- Unterschiedliche Anforderungen beim Laufen: Tempo-, Zeit- & Rhythmusgefühl
- Phasierung des Laufschriffs
- Körperreaktionen bei schnellem/ ausdauernden Formen des Laufens

## Methodische Entscheidungen

- Fußgymnastik (Raupengang, Fußgelenkarbeit, Abrollen,..)
- Bewegungsgrundformen anwenden und erkennen
- **Barfuß** – Übungen (Sensibilisierung & korrektes Abrollverhalten)
- Kleine Spiele zu Bewegungsgrundformen (z.B.: Fischer wie tief ist das Wasser)
- Erproben unterschiedlicher Laufformen & Entwickeln von Laufübungen im Hinblick auf den Aufwärmprozess
- -Erstellen einer Mindmap zur Systematisierung unterschiedlicher Laufformen

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Der Fuß im Grobaufbau
- Bewegungsgrundformen (Gehen, Laufen, Hüpfen, Doppelfedern, Galopp)
- Kleine Spielformen z.B.: (Bergziege: wer erklimmt den steilsten Hang nur mit Fuß Einsatz ohne Stützhilfen)
- Unterschiedliche Formen des Laufens (ausdauerndes L., Sprinten)
- Laufen auf unterschiedlichen Geländebeschaffenheiten & Bodenbelägen
- Laufen im Rahmen leichtathletischer Disziplinen

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- Bergziege: Geschicklichkeit & über den Fuß Einsatz gemessen an erklommener Strecke & Gleichgewichtsreaktionen
- Kombination von vier Bewegungsgrundformen in beliebiger Reihenfolge in Form eines Linien(laufs)

### punktuell:

- Messen der Leistungen in den Einzeldisziplinen
- s. Lehrplan: Leistungsbewertung

## Fachbegriffe

- Stationenlernen (Schülerinfo)
- Doppelfedern
- Galopp
- Hoch-Tief-Verlagerung
- Traktionskontrolle
- Abrollbewegung

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Bewegen an Geräten – Turnen (5)]	[C]	[F]	[5]	[5]	[ ]	[ ]

[Wir erproben verschiedene Sprunggeräte und unterschiedliche Sprunghöhen]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(5.2) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (Bewegungsfeld 5)]

[(5.3) elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen (BF 5)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(5.1) Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (Bewegungsfeld 5)]

[(5.2) in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (Bewegungsfeld 5)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(5.1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (Bewegungsfeld 5)]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Wagnis und Verantwortung (c)]

[Gesundheit (f)]

[ ]

[(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)]

[(f1) Unfall- und Verletzungsprophylaxe]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(c1) Spannung und Risiko]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

## Didaktische Entscheidungen

- Kennen lernen der Körperspannung als Voraussetzung zum Bewältigen turnerischer Aufgaben
- Kennen lernen des beidbeinigen Absprungs
- Kennen lernen der 1. Flugphase
- Kennen lernen der Stützphase
- Kennen lernen der 2. Flugphase
- Kennen lernen der beidbeinigen Landung
- Kennen lernen der Sicherheits- und Hilfestellung
- Kennen lernen des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten

## Methodische Entscheidungen

- [Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Leichtathletik
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit ]

## Gegenstände / Fachbegriffe

[Kleinkasten, Quer- und Längskasten unterschiedlicher Höhen, Sprungbock, Sprungbrett, Turnmatte, Weichbodenmatte]

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- [Geräteauf- und abbau,
- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,
- individueller Fortschritt]

### punktuell:

[Demonstration von Anlauf, Absprung, Stützen und Landung bei unterschiedlich schwierigen Sprüngen über verschiedene Sprunggeräte.]

- [Ausführung der Sprünge gemäß Vorschrift.
- Schwierigkeit der Sprünge
- Sprunggeräte
- Höhe der Sprunggeräte]

## Fachbegriffe

[Aufhocken, Niedersprung, Sprunggrätsche, Hockwende, Sprunghocke, Klammergriff]

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	[A]	[B]	[5]	[4]	[ ]	[ ]

### Thema des UV:

## Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch-koordinative Grundformen

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.1, 6.3, MK 6.1**

### Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- Die SchülerInnen können grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper / Musik und Partnerin / Partner) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (z.B. Gymnastik, Tanz, Pantomime) allein oder in der Gruppe in Ansätzen anwenden.
- Die SchülerInnen können technisch-koordinative Grundformen ästhetisch- gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät z.B. Ball, Reifen, Seil bzw. mit Klang- oder Rhythmusinstrumenten ausführen und grundlegend beschreiben.

### Methodenkompetenz:

- Die SchülerInnen können durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen.

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

#### Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)

- Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit und Erweiterung der Körpererfahrung

#### Bewegungsgestaltung (b)

- Variation von Bewegung durch zeitliche und dynamische Veränderung

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste**

Thema des UV (6.1): „**Gymnastisches Laufen, Hüpfen und Springen - einfache technisch-koordinative Grundformen**“ (4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus, Klang und Tempus heraushören und in Bewegung umsetzen (schnell, langsam, laut, leise, hart, weich...), mit und ohne Handgerät (z.B. Stab)</li> <li>• Körperhaltung / Dynamik von Bewegungen als Merkmale für unterschiedliche Gefühlszustände erkennen und begreifen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b> Rhythmus Tempus Experimentieren Beschreiben und Bewerten 3/4-Takt vs. 4/4-Takt</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentieren mit Bewegungen, die unterschiedliche Gefühle, Tempi, Rhythmen darstellen /umsetzen</li> <li>• Umsetzung von Bewegungsaufgaben</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus und Tempus unterscheiden</li> <li>• Gefühlszustände</li> </ul>	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung von Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kreativität</li> <li>- Bewegungsausführung</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)]	[E]	[A]	[5]	[6]	[ ]	[12]

[Wir spielen fair! – einfache Fußballtechniken in ausgewählten Spielsituationen in der Grobform anwenden]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(7.1) in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen (Bewegungsfeld 7)]

[(7.2) sich in Spielsituationen gegenüber MitspielerInnenüber und GegnerInnen fair verhalten und mannschaftsdienlich spielen (Bewegungsfeld 7)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(7.3) grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktion benennen (Bewegungsfeld 7)]

[ ]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(7.1) die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[ ]

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und

[(e2) soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>[Fokus: Regeln für ein faires Mit- &amp; Gegeneinander</p> <p>Kennenlernen und Anwendung der Techniken Innenseitstoß und Spannschuss</p> <p>Verbesserung des Zusammenspiels</p> <p>Thematisierung unterschiedlicher Leistungsvoraussetzungen unter den Schülern eines Jahrgangs (gute und schwache Fußballer / Jungen- Mädchen)</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>[Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit und aus dem Vereinsfußball</p> <p>Viele kleine Spielformen in unterschiedlicher Gruppengröße und Gruppenzusammensetzung</p> <p>Ermöglichen von Wettkampfsituationen ]</p>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>[Bälle unterschiedlicher Größe und Eigenschaften</p> <p>Variierende Spielfeld- und Mannschaftsgrößen</p> <p>Kleine Spielformen ]</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>[ Taktisches Verhalten in den Spielen</p> <p>Verhalten (Fairplay) anderen Mitspielern und dem Schiedsrichter gegenüber ]</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>[technische Anwendung und Ausführung der Techniken Innenseitstoß und Spannschuss ]</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>[Genauigkeit des Stoßes / Schusses Technische Ausführung (Treffer des Balles mit der Innenseite bzw. mit dem Spann) Flüssige Bewegungsausführung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>[Fairplay Innenseitstoß Spannschuss ]</p>			

[Bewegen an Geräten – Turnen (5)]	[C]	[F]	[5]	[5]	[ ]	[ ]
-----------------------------------	-----	-----	-----	-----	-----	-----

[Wir rollen, stützen, drehen und springen am Boden]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(5.1) eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrecht erhalten (Bewegungsfeld 5)]

[(5.2) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (Bewegungsfeld 5)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(5.1) Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (Bewegungsfeld 5)]

[(5.2) in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (Bewegungsfeld 5)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(5.1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (Bewegungsfeld 5)]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Wagnis und Verantwortung (c)]

[Gesundheit (f)]

[ ]

[(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)]

[(f3) unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(c1) Spannung und Risiko]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kennen lernen der Körperspannung als Voraussetzung zum Bewältigen turnerischer Aufgaben</li> <li>- Kennen lernen verschiedener Rollbewegungen</li> <li>- Kennen lernen verschiedener Stützbewegungen</li> <li>- Kennen lernen verschiedenere Handstützüberschlagbewegungen</li> <li>- Kennen lernen von Drehungen und Sprüngen</li> <li>- Kennen lernen der Sicherheits- und Hilfestellung</li> <li>- Kennen lernen des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus dem UV „Turnen – Sprung“</li> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit</li> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Leichtathletik</li> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit ]</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>[Sprungbrett, Turnmatte, Weichbodenmatte]</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Geräteauf- und abbau,</li> <li>- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,</li> <li>- individueller Fortschritt]</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>[Demonstration einer mehrteiligen Bodenübung.]</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wahl der Übung</li> <li>- Ausführung der Übungselemente gemäß Vorschrift.</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>[Rückenschaukel, Rolle vorwärts, Kopfstand, Handstand auch mit Abrollen, Sprungrolle, Rad, Radwende, Streck sprung auch mit LAD, Klammergriff, Gleichgewichtshilfe]</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)]	[A]	[E]	[5]	[4]	[ ]	[2]

**[ UV2: Große Sprünge machen – Springen in seiner Vielfalt erleben ]**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(3.1) grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden (Bewegungsfeld 3)]

[Wählen Sie eine Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz aus.]

**Methodenkompetenz (MK)**

[(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)]

**Urteilskompetenz (UK)**

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[ ]

[(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)]

[ ]

[(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung]

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[ ]

[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Status Quo: Ermittlung der individuellen Sprunghöhe &amp; Sprungweite zum Einstieg</li> <li>- Den Einfluss <b>von Anlauf, Beinabdruck- &amp; Armschwung</b> auf Sprung- Richtung &amp; Leistung erfahren und erkennen</li> <li>- <b>Gelenkschonendes Springen:</b> trainieren, das Körpergewicht nach Sprüngen gezielt abzufedern</li> <li>- Übungen zur <b>Steigerung</b> der individuellen <b>Sprungkraft</b> kennen lernen</li> <li>- Unterschiedliche Anforderungen beim Springen (weit, hoch, airtime,..)</li> <li>- Phasierung von Sprungbewegungen</li> <li>- Wettkampf im hoch- &amp; weit- Springen</li> <li>- <b>Freestylespringen</b> (Salti ausgeschlossen) ohne Hilfsgeräte zur Erweiterung der Bewegungserfahrungen und koordinativen Kopplungen im Sprung</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Status Quo: Ist-Zustand ermitteln um Einfluss von Theorie &amp; Training auf die Abschlussleistung zu beobachten</li> <li>- Erproben verschiedener Sprungformen</li> <li>- <b>Stationenlernen:</b> Einfluss von Anlauf, Beinabdruck &amp; Armschwung auf die Sprungrichtung &amp; Sprungleistung</li> <li>- Sprung-Wettkämpfe in Neigungsgruppen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Unterschiedliche Formen des Springens (weit, hoch, vw, rw, seitwärts, dreispringen)</li> <li>- Körpergewicht abfedern</li> <li>- Sprunganlagen kennen lernen</li> <li>- Individuelle Sprunghöhe ermitteln</li> <li>- Freestyle springen (ohne Hilfsgeräte, z.B.:160°, Grätschsprung, Fußberührung,...)</li> <li>- Fußgelenksarbeit zur Steigerung der Sprungkraft</li> <li>- Wettkampfspringen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Einbindung von Erkenntnissen in eigene Handlungsmuster</li> <li>- Übungsformen des Sprung-ABC demonstrieren &amp; beschreiben</li> <li>- Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Sprung- ABC</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprungleistung in Relation zu individuellen körperlichen Voraussetzungen</li> <li>- Verbesserung der eigenen Sprungleistung</li> <li>- Präsentation Sprung-ABC</li> </ul> <p><b>Kriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprungweite &amp; Sprunghöhe in Relation zu körperlichen Voraussetzungen</li> <li>- Kreativität &amp; Sicherheit im Freestyle-Sprung</li> <li>- Bewegungsqualität</li> <li>- Steigerung der Sprungleistung von Status Quo zum Abschlusspringen</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fußgelenk</li> <li>- Sprung-ABC</li> <li>- Bewegungsphasen: Anlauf, Absprung, Flugphase, Landung</li> </ul>			

## Jahrgangsstufe 6

Päd. Dauer  
Persp.

1. Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten I - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen (Das Lauf-ABC)“ (BF 1; UV 2)	A,F	8
2. Weitwerfen ... gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann (BF 3; UV 5)	D,A	6
3. „Aus Federball wird Badminton“ - Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! Einfache Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen (BF 7; UV 2)	D,E	8
4. Wir stützen und schwingen an Turngeräten (BF 5; UV 3)	A,D	6
5. Handgeräte als Anlass für Übungs- und Gestaltungsprozesse nutzen (z.B. Jonglage mit verschiedenen Materialien üben und kurze Bewegungsgestaltungen entwickeln) (BF 6; UV 2)	A,B	6
6. Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden (Kleine Spiele - Völkerball) (BF 2; UV 2)	E,A	8
7. „Wir messen unsere Kräfte“ - Einführung in die Grundlagen des Kämpfens unter besonderer Berücksichtigung eines verantwortungsvollen Miteinanders (BF 9; UV 1)	E,C	4
8. Wo sind meine persönlichen Stärken? - Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, langfristig verbessern sowie Entspannung lernen (BF 1; UV 3)	A, D	4
9. Wir balancieren über verschieden breite und hohe Geräte (BF 5; UV 4)	A,B	4
10. Ganz schön aus der Puste!? – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können (BF 3; UV 3)	A,D	6
11. Höher schneller weiter, - einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten u. gemeinsam durchführen (BF 3; UV 4)	D,E	6
12. Basketball- Regelkunde, Sternschritt und Spielvariationen.	A, E	6

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<b>A F</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>alle</b>	

**Thema des UV: „Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen“**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 6 MK 1.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- Allg. Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, f1**

***Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung***

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

***Gesundheit***

- Unfall und Verletzungsprophylaxe

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF1 „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“**

**„Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen (Das Lauf-ABC)“**

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufwärmen als Ritual</li> <li>• Sachgerechtes Aufwärmen durch Beobachtung und Nachmachen</li> <li>• Kennenlernen verschiedener Körperteile</li> <li>• Körperliche Empfindungen beschreiben können</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beugen, strecken, anwinkeln...</li> <li>• Körperteile, Gelenke</li> </ul>	<p>Methodische Entscheidungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration/ Erklärung</li> <li>• Korrektur durch Lehrkraft</li> <li>• Bekanntes alleine oder in Kleingruppen üben</li> <li>• Beobachtungsaufgaben</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dehnen, Kräftigen</li> </ul>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Üben im Klassenverband</li> <li>• Übungskarten</li> <li>• Aufwärmübungen allein/in der Gruppe</li> </ul>	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbegleitend beobachten</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• korrekte Bewegungskorrektur</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choreographie in Kleingruppen präsentieren lassen</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)]	[D]	[A]	[6]	6	[ ]	[ ]

**[ UV 5: Weitwerfen ... gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann! ]**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(3.2) leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitensniveau individuell oder teamorientiert ausführen (Bewegungsfeld 3)]

[(3.1) grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden (Bewegungsfeld 3)]

**Methodenkompetenz (MK)**

[(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)]

[(3.2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (Bewegungsfeld 3)]

**Urteilskompetenz (UK)**

[ ]

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Leistung (d)]	[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]	[ ]
[(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)]	[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]	[ ]
[(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)]	[ ]	[ ]

## Didaktische Entscheidungen

- Sicherheit
- Unterscheidung des Werfens & Stoßens
- Beidseitigkeit
- Grosse Wurfanzahl
- Vielseitigkeit (Wurfgeräte, Dosierung, Ziele,..)
- Phasierung von Wurfbewegungen
- Vom Wurf aus dem Stand über den Wurf aus dem Gang, über die Anlaufschulung zum Werfen aus dem Anlauf
- Werfen und Fassen als Einheit
- Linkshänder auf einer Seite zusammenfassen

## Methodische Entscheidungen

- Erprobung unterschiedlicher Wurfarten & Wurfgeräte
- Statt Standwürfe öfters werfen aus dem Anlauf, Anlaufen
- Rückführung zunächst zurückstellen
- Anlaufrhythmus klatschen, stampfen
- Anlaufschulung paarweise (im 3er über den Graben springen)
- Zwingende Übungen

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Fassen
- Standwurf
- Wurf-ABC
- Werfen mit verschiedenen Geräten (Bälle, Ringe, Stäbe,...)
- Anlaufschulung (Klatschen, Stampfen,...) → Anlaufschulung paarweise
- Impulsschritt
- Gassenwerfen (2 gegenüber)
- Würfe gegen die Wand
- Reihenwerfen (nacheinander, eine Seite) Spielformen (Prellwurf-Tennis, - Prellwurf-Zielspiel, Rollmops,
- Schwingball-treffen, Bank
- Balltreiben, Monsterball, Matte kippen, Abpraller in Zonen, Zonen-Weitwurf,..)

### Zwingende Übungen

- Graben überspringen (Anlaufschulung)
  - Ball an einer Wand hochwerfen
  - Würfe über Seil-Höhenmarkierungen
1. Schlagwurf (nach unten, nach vorne unten)
  2. Standwurf (frontal aus Vorschrift, Seit- Standwurf mit betonter Gleichgewichtsverlagerung (vorverlagern, zurückverlagern, werfen))
  3. Stemmwurf
    - a. mit Auftaktschritt (vor-zurück-werfen-Vorverlagerung im Werfen mit einem Vorschrift abfangen
    - b. aus 2 Anhehschritten
    - c. aus 3 Anhehschritten
  4. Wurf aus 3-Schritt
    - a. Impulsschritt
    - b. 4er-Anlauf: 1+ Impulsschritt
  5. Wurf aus 7-Schritt
    - a. 2 Anhehschritte + 5er-Anlauf
    - b. 7er-Anlauf

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- Anstrengungsbereitschaft
- Leistungssteigerung
- Übungsformen (Wurf-ABC) demonstrieren & beschreiben

### punktuell:

- Demonstration 3-Schritt- Rhythmus & Impulsschritt
- Wurfweite

### Kriterien:

- Technische Ausführung: Anlauf und Wurfbewegung
- Wurfweite

## Fachbegriffe

- Impulsschritt
- Stemmschritt
- Wurf-ABC

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)]	[D]	[E]	[6]	[10]	[ ]	[15]

[Aus Federball wird Badminton - Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen! Einfache Aufgaben in Partnerspielen taktisch sicher und regelgerecht bewältigen]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(7.5) ein Partnerspiel in vereinfachter Form regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen]

[(7.1) in ausgewählten Spielsituationen grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten in der Grobform anwenden und benennen (Bewegungsfeld 7)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(7.1) spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden]

[(7.3) grundlegende Spielregeln erkennen und ihre Funktion benennen (Bewegungsfeld 7)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(7.1) die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten an Hand vorgegebener Kriterien grundlegend beurteilen]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[Leistung (d)]

[(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)]

[(e3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen]

## Didaktische Entscheidungen

- [Aufgreifen der Spielerfahrungen der Schüler im Federball]

## Methodische Entscheidungen

- [Aus dem miteinander wird ein gegeneinander]
- Erlernen des Aufschlags von unten als entscheidendes Kriterium, um regelgerecht Badminton spielen zu können]

## Gegenstände / Fachbegriffe

- [Badmintonschläger]
- Badmintonbälle
- Netz
- Spielfeldmarkierungen]

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- [Individuelle Verbesserungen]
- Einsatzbereitschaft ]

### punktuell:

- [Überprüfen des Aufschlags]
- Bewertung des Spiels gegeneinander]

- [s. Lehrplan: Leistungsbewertung]

## Fachbegriffe

- [Aufschlag von unten]
- Federball
- Aufschlagrecht
- Zählweise]

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Bewegen an Geräten – Turnen (5)]	[A]	[D]	[6 ]	[10]	[ ]	[ ]

[Wir stützen und schwingen an Turngeräten]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(5.2) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (Bewegungsfeld 5)]

[(5.4) Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen fließend verbinden und an einer Gerätebahn in der Grobform turnen (Bewegungsfeld 5)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(5.1) Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (Bewegungsfeld 5)]

[(5.2) in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (Bewegungsfeld 5)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(5.1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (Bewegungsfeld 5)]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[Leistung (d)]

[ ]

[(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

## Didaktische Entscheidungen

- Kennen lernen des Streckstützes am Parallelbarren, Reck / Stufenbarren
- Kennen lernen von Schwungbewegungen im, aus dem und in den Stütz am Parallelbarren, Reck / Stufenbarren
- Kennen lernen der Sicherheits- und Hilfestellung
- Kennen lernen des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten

## Methodische Entscheidungen

- [Anknüpfen an Erfahrungen aus den UV Turnen der Jahrgangsstufe 5
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit ]

## Gegenstände / Fachbegriffe

[Parallelbarren, Stufenbarren, Säulenreck, Matten, Weichbodenmatten]

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- [Geräteauf- und abbau,
- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,
- individueller Fortschritt]

### punktuell:

[Demonstration einer Übung an der Gerätebahn Parallelbarren – Reck / Stufenbarren.]

- Wahl der Übung
- Ausführung der Übungselemente gemäß Vorschrift.

## Fachbegriffe

[Stützschnellen, Außenquersitz, Grätschsitz, Aufhocken, Kehre, Wende, Hüftabschwung vorlings vorwärts / rückwärts, Hüftaufschwung vorlings rückwärts, Klammergriff]

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)]	[A]	[B]	[6]	6	[ ]	[ ]

**Thema des UV: Handgeräte als Anlass für Übungs- und Gestaltungsprozesse nutzen - Jonglage mit verschiedenen Materialien üben und kurze Bewegungsgestaltungen entwickeln**

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.2, 6.4, MK 6.2, UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SchülerInnen können mit ungewöhnlichen Materialien (z.B. Alltagsobjekte) experimentieren und ausgewählte Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens auf andere Objekte übertragen.
- Die SchülerInnen können grundlegende Elemente der Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein oder mit Partnerinnen / Partner ausführen.

**Methodenkompetenz:**

- Die SchülerInnen können einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder Übungsfolgen unter Berücksichtigung ausgewählter Gestaltungskriterien (z. B. Synchronität, Partnerbezug, Aufstellungsformen und Formationen) entwickeln und präsentieren.

**Urteilskompetenz:**

- Die SchülerInnen können einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen auf der Basis vorgegebener Kriterien bewerten.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, b 1**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit und Erweiterung der Körpererfahrung

**Bewegungsgestaltung (b)**

- Kennenlernen von Gestaltungsformen und Gestaltungskriterien alleine oder mit einem Partner

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
BF 6- Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste**

Thema des UV (6.2): **Handgeräte als Anlass für Übungs- und Gestaltungsprozesse nutzen - Jonglage mit verschiedenen Materialien üben und kurze Bewegungsgestaltungen entwickeln**  
( 6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> unterschiedliche Formen des Umgangs mit verschiedenen Gegenständen (Tücher, Bälle, Keule): sicheres Fangen und Werfen</li> <li><input type="checkbox"/> Verbesserung der Auge-Hand-Koordination</li> <li><input type="checkbox"/> Bewegungsmerkmale erkennen und umsetzen</li> <li><input type="checkbox"/> Gestaltung erster Präsentationen alleine oder mit einem Partner</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Kreuzwurf (Tuch)</li> <li><input type="checkbox"/> Kaskade (Bälle)</li> </ul>	<p><b>Methoden</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Nachgestalten von vorgegebenen Bewegungsabfolgen</li> <li><input type="checkbox"/> Variationen und Kontraste in der Partnerarbeit erproben</li> <li><input type="checkbox"/> Wechselnde Raumformen erproben</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Erproben und Einüben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Jonglieren von Bällen, Tüchern, Keulen (Technik)</li> <li><input type="checkbox"/> Gestaltungsmöglichkeiten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> synchron, asynchron, begegnen und trennen, zueinander, voneinander</li> <li><input type="checkbox"/> Raumformen (Dreieck, Kreis, Linie, Pyramide)</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Umsetzung von Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Präsentation einer kurzen</li> <li><input type="checkbox"/> Bewegungsgestaltung</li> </ul>

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

**Thema des UV: "Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden und diese bedürfnisgerecht variieren"**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 2.1, 6 BWK 2.3, 6 Mk 2.1, 6 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten ansatzweise situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Regeln - orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial . selbständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten.

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

***Bewegungsstruktur und Bewegungslernen:***

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

***Kooperation und Konkurrenz***

- Mit- und Gegeneinander
- Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

## BF 2 - Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen

### Thema des UV (2 .2): „Systematisch und strukturiert spielen lernen - grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden und diese bedürfnisgerecht variieren“ (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele kennenlernen und erproben</li> <li>• verschiedene Spielvariationen kennenlernen und erproben, eigene entwickeln</li> <li>• Spielregeln einhalten, bewerten und an die Rahmenbedingungen anpassen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele</li> <li>• Spielregeln</li> <li>• Spielvarianten</li> <li>• Zielorientierung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele nach vorgegebenen Regeln erproben</li> <li>• sich über Regeln verständigen, Regeln bewerten und diese gegebenenfalls anpassen</li> <li>• neue Spielvarianten zielorientiert (z.B. Spaßfaktor) in Kleingruppen erarbeiten und präsentieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erproben</li> <li>• verständigen, bewerten</li> <li>• erarbeiten, präsentieren</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele (z.B. Völkerball)</li> <li>• vorgegebene und selbstentwickelte Variationen kleiner Spiele</li> <li>• Turnier</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mündliche Mitarbeit</li> <li>• Einsatzbereitschaft in den Praxisphasen</li> <li>• Spielverständnis</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Organisation von Spielvarianten</li> <li>– Turnier</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich: 9.1</b>	<b>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</b>	<b>Jahrg.-Stufe</b>	<b>Dauer des UV Std.</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	E / C	5	8		

**Thema des UV: „Wir messen unsere Kräfte“ –**

**Einführung in die Grundlagen des Kämpfens unter besonderer Berücksichtigung eines verantwortungsvollen Miteinanders**

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, BWK 2, MK 1, MK2, UK 1, UK2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin bzw. Partner einstellen (1)
- sich regelgerecht und fair in einfachen Zweikampfsituationen verhalten und Verantwortung für sich und andere übernehmen (2)

**Methodenkompetenz:**

- grundlegende Regeln in Zweikampfsituationen anwenden (1)
- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von grundlegenden Techniken zum Erfolg verhelfen (2)

**Urteilskompetenz:**

- einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)
- die Chancengleichheit von Kampfpaarungen in Kampfsituationen beurteilen (2)

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e 1, e 3, c 3**

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

**Wagnis und Verantwortung (c)**

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

**Thema des UV: „Wir messen unsere Kräfte“ –**

**Einführung in die Grundlagen des Kämpfens unter besonderer Berücksichtigung eines verantwortungsvollen Miteinanders (8 Stunden)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Unterscheidung von Übungs- und Wettkampverhalten und entsprechendes zeigen (friedliches Gegeneinander und kämpferisches Miteinander)</li> <li><input type="checkbox"/> Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur (Doppelauftrag von Sportunterricht)</li> <li><input type="checkbox"/> Sammeln von Bewegungs- und Körpererfahrung</li> <li><input type="checkbox"/> Erlernen von verantwortungsvollem Verhalten gegenüber der Partner</li> <li><input type="checkbox"/> Entwickeln von Strategien in Zweikampfsituationen</li> </ul> <p>Fachbegriffe: regelgeleitetes Kämpfen, Wettkampfregelein, Zweikampf</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> selbständiges Üben (in Partnerarbeit und Kleingruppen) zum Lösen von Bewegungsaufgaben</li> <li><input type="checkbox"/> Stationenlernen</li> <li><input type="checkbox"/> gemeinsam Regeln entwickeln</li> <li><input type="checkbox"/> Körperkontakt- und Vertrauensübungen</li> <li><input type="checkbox"/> Laufzettel zum Notieren erprobter „Tricks“ (Strategien), um Zweikampfsituationen zu gewinnen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> grundlegende Kampffertigkeiten (Ziehen und Schieben)</li> <li><input type="checkbox"/> „Erzwingen“ des Partners aus verschiedenen Ausgangspositionen heraus (Bankstellung, liegen, knien, ...)</li> <li><input type="checkbox"/> anfängergerechte Bodenkämpfe</li> <li><input type="checkbox"/> Wettkampfregelein</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben zeigen</li> <li><input type="checkbox"/> Hilfsbereitschaft und Fairness beim Üben und in Zweikampfsituationen zeigen</li> <li><input type="checkbox"/> sich auf Unbekanntes und Körperkontakt einlassen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Zweikampf, bei dem erkennbar sein</li> </ul>

Bewegungsfeld/Sportbereich:	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	<i>A D</i>	<i>6</i>	<i>4</i>	<i>3.1-3.4</i>	

**Thema des UV: „Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? – Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, verbessern und Entspannung lernen“**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.2, 6 BWK 1.3, 6 UK 1.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- In sportbezogenen Anforderungssituationen (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben (2)
- Eine grundlegende Entspannungstechnik angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben (3)

**Urteilskompetenz:**

- Ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand vorgegebener Kriterien ansatzweise beurteilen (1)

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

**Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a)**

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

**Angabe des 2. Inhaltsfeldes (d)**

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)

**Thema des UV (1.3): „Wo sind meine persönlichen konditionellen Stärken? Stärken und Schwächen psycho-physischer Leistungsfähigkeit erkennen, verbessern und Entspannung lernen,, (4 Stunden)**

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Einschätzung der konditionellen Leistungsfähigkeit</li> <li>• Die psycho-physische Wirkung eines Fitnessprogramms an sich selbst erleben und beschreiben</li> <li>• Anspannung-Entspannung als Gegenpole kennenlernen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muskelanspannung/ -entspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung &amp; Dokumentation des Ist-Zustandes anhand eines vorgegebenen Zirkels</li> <li>• gezielt trainieren</li> <li>• Überprüfung der Leistungssteigerung</li> <li>• Selbstbestimmte Ruhepausen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Belastungsphase, Erholungsphase Ermüdungsmerkmale</p>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitnessparcour mit Anforderung an Kraft und Ausdauer</li> <li>• Auswertungsbogen</li> <li>• Anleitungen zur Erholungsphase</li> <li>• Entspannungstechniken (Partner Massage)</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Auswertungsbögen</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Bewegen an Geräten – Turnen (5)]	[A]	[B]	[6]	[5]	[ ]	[ ]

[Wir balancieren über verschieden breite und hohe Geräte]

### **Kompetenzwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(5.2) technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben (Bewegungsfeld 5)]

[(5.3) elementare Bewegungsformen und grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Hang- und Stützgeräte) ausführen (BF 5)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(5.1) Turngeräte sicher transportieren und sachgerecht kooperativ auf- und abbauen (Bewegungsfeld 5)]

[(5.2) in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (Bewegungsfeld 5)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(5.1) turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten (Bewegungsfeld 5)]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[Bewegungsgestaltung (b)]

[ ]

[(b2) Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung]

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

### **Didaktische Entscheidungen**

- Kennen lernen unterschiedlich breiter und hoher Unterstützungsflächen
- Kennen lernen von Dreh- und Sprungbewegungen an Bank und Balken
- Kennen lernen der Sicherheits- und Hilfestellung
- Kennen lernen des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten

### **Methodische Entscheidungen**

- [Anknüpfen an Erfahrungen aus den UV Turnen der Jahrgangsstufe 5 und 6
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit ]

### **Gegenstände / Fachbegriffe**

[Bank, Schwebebalken, Matten, Weichbodenmatten]

### **Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung**

#### unterrichtsbegleitend

- [Geräteauf- und abbau,
- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,
- individueller Fortschritt]

#### punktuell:

[Demonstration einer mehrteiligen Übung an der Bank / dem Balken.]

#### Kriterien:

- Wahl der Übung
- Ausführung der Übungselemente gemäß Vorschrift.

### **Fachbegriffe**

[Strecksprung auch mit Drehung, Pferdchensprung, Schrittsprung, Grätschsprung, Grätschwinkelsprung, Hocksprung, Hockwende, Standwaage, Gleichgewichtshilfe]

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)]	[A]	[D]	[6]	6	[4]	[ ]

[ **UV 3: Ganz schön aus der Puste!? – mit Freude ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können** ]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[ (3.3) beim Laufen eine Ausdauerleistung (MZA I bis 10 Min.) gesundheitsorientiert–ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit–erbringen und grundlegend körperliche Reaktionen beim Laufen beschreiben ]

[ Wählen Sie eine Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz aus. ]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[ (3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3) ]

[ (3.2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (Bewegungsfeld 3) ]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[ (3.1) die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (Bewegungsfeld 3) ]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[ Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a) ]

[ (a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung ]

[ ]

[ Leistung (d) ]

[ (d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) ]

[ (d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) ]

[ ]

[ (d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) ]

[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen</li> <li>- Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit</li> <li>- Merkmale Körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Beobachtungsbogen:</b> zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen</li> <li>- <b>Bewegungsaufgaben:</b> Bewusste Erfahrung unterschiedlicher Körperreaktionen über Bewegungsaufgaben</li> <li>- <b>Individualisierung:</b> Erarbeitung eines individ. Lauftempo &amp; Atem-Schritt-Rhythmus</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Runden-, Streckenläufe</li> <li>- Zeitläufe</li> <li>- Staffelläufe (z.B.: 1-2-3-4-5-Rundenstaffeln)</li> <li>- Handlungshilfen zur Vermeidung &amp; Linderung von Seitenstechen</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Durchhaltevermögen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Eine nicht – normierte MZA I (bis 10 Minuten) erbringen</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen ohne Unterbrechung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anaerob</li> <li>- Aerob</li> <li>- Seitenstechen</li> <li>- Atem-Schritt-Rhythmus</li> <li>- Hochstart</li> <li>- Beobachtungsbögen</li> </ul>			

Bewegungsfeld/ Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)]	[D]	[E]	[6]	6	[ ]	[ ]

[ **UV 4: Höher, schneller, weiter – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten & gemeinsam durchführen** ]

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(3.4) einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen (Bewegungsfeld 3)]

[Wählen Sie eine Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz aus.]

**Methodenkompetenz (MK)**

[(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)]

[(3.2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (Bewegungsfeld 3)]

**Urteilskompetenz (UK)**

[ ]

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Leistung (d)]	[Kooperation und Konkurrenz (e)]	[ ]
	[(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)]	[ ]
[(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. [ ]	[(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)]	[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Dreikampf in den Disziplinen Sprint, Schlagballweitwurf, Weitsprung</li> <li>– Regelkunde!</li> <li>– Organisation &amp; Gestaltung von Ablauf &amp; Rahmenbedingungen in Schülerhand</li> <li>– Einführung/Auffrischung Tiefstart</li> <li>– SuS entscheiden nach Aufklärung individuell zwischen normierter/ absoluter/ relativer Leistungsmessung</li> <li>– Würdigung besonderer Leistungen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- SuS bilden Neigungsgruppen zur Organisation einzelner Disziplinen</li> <li>- Expertenrunden: Nach Einarbeitung der Neigungsgruppen in ihre Disziplin und das Regelwerk kommen drei Experten zusammen um alle Aspekte ihrer jeweilige Disziplin zu erläutern (AB Regelkunde, AB Sicherheit &amp; Anlagenaufbau)</li> <li>- Selbstständiges Üben &amp; Trainieren (alleine &amp; in Gruppen)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprint &amp; Tiefstart</li> <li>- Schlagballweitwurf</li> <li>- Weitsprung</li> <li>- Regelkunde</li> <li>- Anlagenkunde &amp; Sicherheitsaspekte</li> <li>- Wettkampforganisation</li> <li>- Möglichkeiten der Leistungsbeurteilung</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement &amp; Beteiligung innerhalb der Neigungsgruppe</li> <li>- Angemessenes Trainings- &amp; Wettkampferhalten zeigen - Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke &amp; Motivation</li> <li>- Hilfsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführung der Expertenrolle</li> <li>- Dreikampfleistung</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wurfweite</li> <li>- Zeit auf 100m</li> <li>- Sprungweite</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Dreikampf / Mehrkampf</li> <li>- Leistungsdifferenzierung</li> <li>- Fachbegriffe leichtathletischer Anlagen (Startblock, ...)</li> <li>- Startkommando</li> </ul>			

<u>Jahrgangsstufe 7</u>	<u>Päd. Persp.</u>	<u>Dauer</u>
<b>1.</b> Wir lernen lange und schnell zu laufen – ausdauerndes und schnelles Laufen systematisch verbessern (Laufabzeichen, Ausdauerstrecke, Sprint 75 / 100 Meter) (BF 3)	D,F	6
<b>2.</b> Was macht die Unterschiede der Spiele aus? – Grundideen und Strukturen verschiedener kleiner Spiele analysieren, vergleichen und verändern (BF 2)		8
<b>3.</b> Zusammen macht´s noch mehr Spaß! - grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen (BF 5)		8
<b>4.</b> UV zum Ringen & Kämpfen (BF 9)		6
<b>5.</b> Der Doppelpass im Fußball! - Offensivtaktische Maßnahmen um Gegenspieler zu überwinden (BF 7)	E,A	8
<b>6.</b> Freiraum		4
<b>7.</b> Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten- Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten (BF 1)	A,F	6
<b>8.</b> Wir bauen aufeinander - Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer Bodenakrobatikkür in der Kleingruppe (BF 5)	B,A,E	6
<b>9.</b> Ein UV zum Thema Basketball (BF 7)		8
<b>10.</b> Weitwerfen ... gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann (BF 3)		4
<b>11.</b> Freiraum		6

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	D	F	7	4	[ ]	[ ]

**Wir lernen lange und schnell zu laufen – ausdauerndes und schnelles Laufen systematisch verbessern (Laufabzeichen, Ausdauerstrecke, Sprint 75 / 100 Meter)**

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.3) beim Laufen eine Ausdauerleistung (MZA I bis 10 Min.) gesundheitsorientiert–ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit–erbringen und grundlegend körperliche Reaktionen beim Laufen beschreiben

Wählen Sie eine Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz aus.

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(3.1) die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (Bewegungsfeld 3)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Leistung (d)	[ ]	Gesundheit (f)
	(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)	(f2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens
(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)	[ ]	[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lange Laufstrecken &amp; Erholungsphasen, über vielfältige Laufvariationen, aerobes Laufen durch Dauermethode (50-70% der max. Leistung)</li> </ul> <p>Extensives Intervalltraining 60% - 70% der max. Leistung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auswirkungen des ausdauernden Laufens auf Belastung bezüglich der Herzfrequenz, der Pulsfrequenz, des Wärmeaustausches, der Körperempfindungen</li> </ul> <p>Kooperatives &amp; kommunikatives Ausdauerlaufen miteinander (statt gegeneinander)</p> <p>Individuelle aerobe Belastungen wahrnehmen</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Variationen mit der Laufzeit: z.B. Laufen &amp; Gehen, Laufen &amp; Reden, mit &amp; ohne Urzeiten einhalten, Verbesserung der individuellen Ausdauerfähigkeit über Zeitschätzläufe, Minutenläufe, Dreieckslauf, Hindernisläufe, Biathlon, Puzzelläufe, Staffelläufe</li> <li>- Laufen in unterschiedlicher Umgebung</li> <li>- Laufen mit schnellem &amp; langsamen Beginn</li> <li>- Laufen auf unterschiedlichen Böden</li> <li>- Barfuß</li> <li>- Fahrtspiel</li> <li>- Orientierungsläufe</li> <li>- Reflektierte Auseinandersetzung &amp; Information: Belastungsdosierung (170/160-Lebensalter) Pulsmessung (Ruhe-, Belastungspuls)</li> <li>- Orientierungsläufe mit versch. Aufgabenstellungen: z.B. Gegenstände, Geländepunkte finden, in der Gruppe eine möglichst lange Laufzeit oder eine möglichst lange Strecke zurücklegen, Seilgruppenlauf, Stafettenlauf, Transportlauf, Prominentenraten, 5000m Weltrekord durch eine Klassenstaffel brechen</li> <li>- Sinnvoller Einsatz von Lauf-Apps &amp; Interpretation aufgezeichneter Vitalitäts- &amp; Gesundheitsdaten</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Streckenläufe</li> <li>- Zeitläufe</li> <li>- Hindernisläufe</li> <li>- Orientierungsläufe</li> <li>- Fahrtspiel</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Eine nicht normierte Ausdauerleistung I (20 Minuten) erbringen</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Laufen ohne Unterbrechung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aerobe Ausdauer</li> <li>- Anaerobe Ausdauer</li> <li>- Ermüdungswiderstandsfähigkeit</li> </ul>			

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:2.3</b>	<b><i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i></b>	<b><i>Jahrg.-Stufe</i></b>	<b><i>Dauer des UV Std.</i></b>	<b><i>Vernetzen mit UV</i></b>	<b><i>Laufende Nr. der UV</i></b>
<i>Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen</i>	<b><i>E, A</i></b>	<b><i>7</i></b>	<b><i>8</i></b>		

**Thema des UV: „Was macht die Unterschiede der Spiele aus?“ – Grundideen und Strukturen verschiedener kleiner Spiele analysieren, vergleichen und verändern**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 2.1, 8 MK 2.1, 8 UK 2.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- ausgewählte spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden.

**Methodenkompetenz:**

- ausgewählte Spiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern.

**Urteilskompetenz:**

- Spiele hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele grundlegend beurteilen.

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

***Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)***

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

***Kooperation und Konkurrenz (e)***

- Mit- und Gegeneinander
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Technikfertigkeiten</li> <li>• Hohe Bewegungsintensität</li> <li>• taktisches Grundverständnis</li> <li>• Anwendung im Spiel</li> <li>• Gemeinsames miteinander und gegeneinander Spielen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vom Einfachen zum Schweren</li> <li>• Regeln zusammen an Rahmenbedingungen (Personenzahl, Material, Raum, Zeit etc. ) anpassen und variieren</li> <li>• Feedbackrunden</li> <li>• Technisch- Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Taktisch- kognitive Fähigkeiten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• erproben</li> <li>• einüben</li> <li>• anwenden im Spiel</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ultimate Frisbee, Ringtennis</li> <li>• Spielregeln</li> <li>• grundlegendes Taktikverständnis (z.B. Raumaufteilung...)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorhandwurf, Rückhandwurf, Sandwichcatch, einhändiges Fangen</li> <li>• Taktik (Raumaufteilung, Manndeckung, Raumdeckung...)</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielverständnis (Taktik/Technik)</li> <li>• Einsatzbereitschaft/ Mitarbeit mündlich und praktisch</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Demonstration gelernter Technikfertigkeiten</li> <li>- Anwendung im Spiel</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Bewegen an Geräten – Turnen (5)	<b>A,B,C</b>	7	8	-	

**Thema des UV: „Zusammen macht´s noch mehr Spaß!“ - grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Partner- oder Gruppenkür nutzen**

**Kompetenzerwartungen: BWK 1, MK1, UK1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SuS können grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren.

**Methodenkompetenz:**

- Die SuS können den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen.

**Urteilskompetenz:**

- Die SuS können Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen.

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte

**Bewegungsgestaltung (b)**

- Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)

**Kooperation und Konkurrenz (c)**

- Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b>  <b>Grundvoraussetzung I:</b>  Sicherheit beim Gemeinsamen Auf- und Abbauen und richtiger Umgang mit turnerischen Geräten</p> <p><b>Grundvoraussetzung II:</b>  Gemeinsame Hilfestellungen und Sicherheitsstellungen</p> <p>Turnerische Grundelemente mit Partner und/oder in Gruppen kombinieren und variieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gemeinsames Aufwärmen und kontinuierliche Übungen zur Erstellung und Erhaltung der Körperspannung sowie Kräftigung des Körpers</li> <li>• Ausprobieren und gemeinsames Verständigen von Gerätearrangements und Kombinationen</li> <li>• Partner- und Gruppenarbeiten zur Erarbeitung individueller Bewegungsarrangements</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentieren</li> <li>• Beschreiben und Bewerten</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• sachgerechter Auf- und Abbau, Umgang mit den Geräten insbesondere bei Geräte-kombinationen</li> <li>• Sicherheits- und Hilfestellung (inklusive Unterschied)</li> <li>• Kombinieren und Variieren der turnerischen Grundelemente an Boden, Sprung, Reck, Schwebebalken, Parallelbarren, Mini-Trampolin, Ringe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Geräteparcours &amp; -Kombinationen mit der Klasse vereinbaren</li> <li>• SuS führen mit Partner oder in Kleingruppen eine Kür an den verschiedenen Geräten (-Kombinationen) vor</li> <li>• Schwierigkeitsgrad und Anspruch mit SuS thematisieren und festlegen</li> <li>• <b>Bewertungskriterien</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Bewegungsausführung &amp; -fluss (Ausführungsqualität)</li> <li>○ Individuell angepasstes Anspruchsniveau (Schwierigkeit)</li> <li>○ Körperhaltung &amp; -spannung</li> <li>○ Synchronität</li> <li>○ Kreativität</li> </ul> </li> </ul>

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<b>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</b>	<b>Jahrg.-Stufe</b>	<b>Dauer des UV Std.</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	E / A	7	8	-	

**Thema des UV:**

**„Wir kämpfen am Boden“ – Verteidigungs- und Eroberungsstrategien beim Kämpfen am Boden durch Erproben und Erlernen grundlegender Techniken des Bodenkampfes**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- normgebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen (1)
- körperlich bedingte Vor- und Nachteile erkennen, benennen und Nachteilsausgleiche entwickeln und umsetzen (2)

**Methodenkompetenz:**

- grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden (1)
- durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partners beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen (2)

**Urteilskompetenz:**

- komplexe Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten (1)

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

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

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

**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)**

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

Didaktische Entscheidungen	Entscheidungen Methodische	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>• selbständiges Ausprobieren, den Partner kontrolliert am Boden zu halten</li> <li>• Erproben von Befreiungsmöglichkeiten aus Haltegriffen</li> <li>• erstes Anwenden der erlernten Techniken im Zweikampf und dabei Unterscheidung von Übungs- und Wettkampverhalten und entsprechendes zeigen (friedliches Gegeneinander und kämpferisches Miteinander)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfbregeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• gemeinsames und selbständiges Üben (allein, in Paaren und in Gruppen)</li> <li>• Übungsfläche sachgerecht herrichten (Mattenfläche, die keine Lücken aufweist und nicht mit Schuhen betreten werden darf)</li> <li>• gemeinsam Regeln entwickeln</li> <li>• Akzeptanz von Körperkontakt (gefördert durch entsprechende, sportartspezifische Auf- und Abwärmspiele)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Halte- und Befreiungstechniken für den Bodenkampf:</li> <li>- Befreiungsmöglichkeiten wie oder Bauchlage oder Beinklammer</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben zeigen</li> <li>• Hilfsbereitschaft und Fairness beim Üben und in Zweikampfsituationen zeigen</li> <li>• sich auf Unbekanntes und Körperkontakt einlassen</li> <li>• sportartspezifisches Verhalten, wie Hilfe bei Mattenauf- und -abbau, Schuhe am Hallen- oder Mattenrand stehen lassen, Begrüßung vor Beginn,...</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Techniküberprüfung</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sachgerechte Ausführung der zwei Bodentechniken mit Befreiungsversuchen</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)	E	A	7	6.	Wählen Sie ein Element aus.	39

[Der Doppelpass! - Offensivtaktische Maßnahmen um Gegenspieler zu überwinden]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(7.1) in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen (Bewegungsfeld 7)

[Wählen Sie ein Element aus.]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(7.2) Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. (Bewegungsfeld 7)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(7.1) verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

[Wählen Sie ein Element aus.]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Fokus: Regeln für ein faires Mit- &amp; Gegeneinander</p> <p>Kennenlernen und Anwendung der Techniken Innenseitstoß und Spansschuss</p> <p>Verbesserung des Zusammenspiels</p> <p>Thematisierung unterschiedlicher Leistungsvoraussetzungen unter den Schülern eines Jahrgangs (gute und schwache Fußballer / Jungen- Mädchen)</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <p>Anknüpfen an Erfahrungen aus der Grundschulzeit und aus dem Vereinsfußball</p> <p>Viele kleine Spielformen in unterschiedlicher Gruppengröße und Gruppenzusammensetzung</p> <p>Ermöglichen von Wettkampfsituationen</p>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>Bälle unterschiedlicher Größe und Eigenschaften</p> <p>Variierende Spielfeld- und Mannschaftsgrößen</p> <p>Kleine Spielformen</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>Taktisches Verhalten in den Spielen</p> <p>Verhalten (Fairplay) anderen Mitspielern und dem Schiedsrichter gegenüber</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>technische Anwendung und Ausführung der Techniken Innenseitstoß und Spansschuss</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Genauigkeit des Stoßes / Schusses</p> <p>Technische Ausführung (Treffen des Balles mit der Innenseite bzw. mit dem Spann)</p> <p>Flüssige Bewegungsausführung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Fairplay</p> <p>Innenseitstoß</p> <p>Spansschuss</p>			

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (BF1)</i>	<b>A F</b>	<b>6</b>	<b>8</b>	<b>alle</b>	

**Thema des UV: „Gut vorbereitet für sportliche Aktivitäten - allgemeines Aufwärmen funktionsgerecht und strukturiert durchführen“**

**Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 6 MK 1.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

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

**Methodenkompetenz:**

- Allg. Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a1, f1**

***Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung***

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

***Gesundheit***

- Unfall und Verletzungsprophylaxe

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufwärmen als Ritual</li> </ul> <p>Sachgerechtes Aufwärmen durch Beobachtung und Nachmachen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennenlernen verschiedener Körperteile</li> <li>• Körperliche Empfindungen beschreiben können</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beugen, strecken, anwinkeln...</li> <li>• Körperteile, Gelenke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration/ Erklärung</li> <li>• Korrektur durch Lehrkraft</li> <li>• Bekanntes alleine oder in Kleingruppen üben</li> <li>• Beobachtungsaufgaben</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dehnen, Kräftigen</li> </ul>	<p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Üben im Klassenverband</li> <li>• Übungskarten</li> </ul> <p>Aufwärmübungen allein/in der Gruppe</p>	<p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsbegleitend beobachten</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>korrekte Bewegungsausführung</p> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Choreographie in Kleingruppen präsentieren lassen</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich:</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	B, A, E	7	6	-	

**Thema des UV: Wir bauen aufeinander - Erarbeitung, Präsentation und Bewertung einer Bodenakrobatikkür in der Gruppe**

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.1, 6.3, 6.4, MK 6.1, UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SchülerInnen können ausgewählte Grundtechniken ästhetisch- gestalterischen Bewegens ausführen, kombinieren und als Ausgangspunkt für Bewegungsgestaltungen nutzen.
- Die SchülerInnen können ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper / Musik und Partnerin / Partner) in Bewegungsgestaltungen - auch in der Gruppe - anwenden und variieren.
- Die SchülerInnen können Bewegungskünste (z.B. Jonglieren, Bewegungstheater, Schwarzlicht- oder Schattentheater) allein und in der Gruppe ausführen.

**Methodenkompetenz:**

- Die SchülerInnen können sich mit Partnerinnen und Partnern absprechen und gemeinsame Lösungen von komplexeren Gestaltungsaufgaben entwerfen, beschreiben und präsentieren.

**Urteilskompetenz:**

- Die SchülerInnen können die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen.

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

**Bewegungsgestaltung (b)**

- Gestaltungsformen und -kriterien
- Gestaltungsanlässe

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit und Erweiterung der Körpererfahrung
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildungsprozessen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen von akrobatischen 2er, 3er-Figuren sowie Pyramiden und Verbindung dieser nach gestalterischen Gesichtspunkten</li> <li>• Körperspannung als wesentliches Element der Akrobatik erkennen und umsetzen</li> <li>• Bewertungskriterien erarbeiten und anwenden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• synchron</li> <li>• Körperspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vom Leichten zum Schweren</li> <li>• durch Experimentieren und Erproben bewegungsbezogene Aufgaben lösen</li> <li>• Umsetzung von Bewegungsanweisungen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentieren</li> <li>• Beschreiben und Bewerten</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatische Bodenfiguren und -elemente</li> <li>• Gesundheitsorientierte Grundregeln</li> <li>• Hilfe- und Sicherheitsstellung in der Akrobatik</li> <li>• Gestaltungskriterien (Übungsverbindungen)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Flieger, Bankstellung, 3er-Pyramide</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung von Bewegungsanweisungen</li> <li>• Notation der Ergebnisse</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation</li> </ul>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	Pädagogische Perspektiven	Jahrgangsstufe	Dauer des UV
Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Basketball)	E,D	8	12 Std.

**Thema des UV: Gegeneinander spielen und gewinnen wollen – Basketball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen.**

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz**

- sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert Wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren

**Methodenkompetenz**

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden

**Urteilskompetenz**

- die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen
- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen.

**Inhaltsfelder-inhaltliche Schwerpunkte: e1 , e2, d1, d2 (leitend, ergänzend)**

**Kooperation und Konkurrenz:**

- mit- und gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Spielformen) (e1)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen (e2)

**Leistung:**

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (d1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (d2)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individualtaktik: <ul style="list-style-type: none"> <li>- In 1:1 Situationen mit Ball bestehen</li> <li>- Befreien im 1 gegen 1 ohne Ball</li> <li>- Fintieren mit und ohne Ball</li> </ul> </li> <li>• Mannschaftstaktik <ul style="list-style-type: none"> <li>- In 2:2 in Situationen zum Korbabschluss gelangen</li> <li>- Laufwege gemeinsam einüben</li> </ul> </li> <li>• unterschiedliche Regeln vom Streetball und Basketball gegenüberstellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• vom 1:1 zum 3:3</li> <li>• Übungen zum Give and Go</li> <li>• Laufwege zum Schneiden: Frontdoor-Cut, Backdoor-Cut</li> <li>• Vom Streetball-Modus zum Spiel auf 2 Körbe</li> <li>• Methodenkompetenz: <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erstellung eigener Taktiktafeln</li> <li>- Präsentation gemeinsam ausgearbeiteter Taktiken</li> <li>- Feedback geben und erhalten</li> <li>- Umsetzung von Verbesserungsvorschlägen</li> </ul> </li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln im Streetball vs. Regeln auf Großfeld</li> <li>• Unterschiedliches Handeln im 1:1 und 2:2</li> <li>• Fachbegriffe: Give and Go, Frontdoor-Cut, Backdoor-Cut, Fintieren, Blocken</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend (Schwerpunkte)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement/Kooperation in der Gruppe</li> <li>• Teilnahme am Unterricht und am Unterrichtsgespräch)</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• je nach Spielsituation die richtige Entscheidung treffen (Give and Go vs. alleine Durchbrechen)</li> </ul> <p>konstruktives Feedback zu anderen Taktiken geben</p>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	D	A	6	6		

**UV 5: Weitwerfen ... gar nicht so schwer – wie weites Werfen gelingen kann!**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.2) leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert ausführen (Bewegungsfeld 3)

(3.1) grundlegende technisch-koodinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) ausführen und in Variationen, in Spielformen sowie mit unterschiedlichen Materialien anwenden (Bewegungsfeld 3)

**Methodenkompetenz (MK)**

(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)

(3.2) grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (Bewegungsfeld 3)

**Urteilskompetenz (UK)**

| |

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Leistung (d)	Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)	
(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)	(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens	
(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer,		

## Didaktische Entscheidungen

- Sicherheit
- Unterscheidung des Werfens & Stoßens
- Beidseitigkeit
- Grosse Wurfanzahl
- Vielseitigkeit (Wurfgeräte, Dosierung, Ziele,..)
- Phasierung von Wurfbewegungen
- Vom Wurf aus dem Stand über den Wurf aus dem Gang, über die Anlaufschulung zum Werfen aus dem Anlauf
- Werfen und Fassen als Einheit
- Linkshänder auf einer Seite zusammenfassen

## Methodische Entscheidungen

- Erprobung unterschiedlicher Wurfarten & Wurfgeräte
- Statt Standwürfe öfters werfen aus dem Anlauf, Anlaufen
- Rückführung zunächst zurückstellen
- Anlafrhythmus klatschen, stampfen
- Anlaufschulung paarweise (im 3er über den Graben springen)
- Zwingende Übungen

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Fassen
- Standwurf
- Wurf-ABC
- Werfen mit verschiedenen Geräten (Bälle, Ringe, Stäbe,...)
- Anlaufschulung (Klatschen, Stampfen,...) → Anlaufschulung paarweise
- Impulsschritt
- Gassenwerfen (2 gegenüber)
- Würfe gegen die Wand
- Reihenwerfen (nacheinander, eine Seite)
- Spielformen (Prellwurf-Tennis, - Prellwurf-Zielspiel, Rollmops,
- Schwingball-treffen, Bank
- Balltreiben, Monsterball, Matte kippen, Abpraller in Zonen, Zonen-Weitwurf,..)

### Zwingende Übungen

- Graben überspringen (Anlaufschulung)
- Ball an einer Wand hochwerfen
- Würfe über Seil-Höhenmarkierungen

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- Anstrengungsbereitschaft
- Leistungssteigerung
- Übungsformen (Wurf-ABC) demonstrieren & beschreiben

### punktuell:

- Demonstration 3-Schritt-Rhythmus & Impulsschritt
- Wurfweite

### Kriterien:

- Technische Ausführung: Anlauf und Wurfbewegung
- Wurfweite

## Fachbegriffe

- Impulsschritt
- Stemmschritt
- Wurf-ABC

<u>Jahrgangsstufe 8</u>	<u>Päd. Persp.</u>	<u>Dauer</u>
1. Fit und gesund! – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern (BF 3)	D	6
2. Freiraum		4
3. Wie spielt man denn eigentlich woanders? – Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (z.B. Flagfootball oder ähnliches) (BF 2)	E,A	6
4. Badminton: Ich will gewinnen! – sich im Partnerspiel fair aber wettkampforientiert verhalten (BF 7)	A,E	8
5. Wir gestalten eine Übung an Barren und Schwebebalken (BF 5)	C,D	6
6. Freiraum		4
7. Stepaerobik - UV zum BF 6 (Tanz)		6
8. Volleyball - Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im ausgewählten Mannschaftsspiel wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln (BF 7)		8
9. Freiraum		4
10. Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden BF 5 Turnen		6
11. Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden (BF 1)	A,D,F	6
12. Weitsprung lernen – eine Technik erfahren, verstehen und anwenden (BF 3)		6
13. Skiexkursion (BF 8)	D,E	

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>päd. Perspektive</b>		<b>Klasse</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>laufende UV Nr.</b>
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	D	F	8	6		

### **Wir lernen lange zu laufen I - ausdauerndes Laufen systematisch verbessern**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.3) beim Laufen eine Ausdauerleistung (MZA I bis 10 Min.) gesundheitsorientiert–ohne Unterbrechung,in gleichförmigem Tempo,unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit–erbringen und grundlegend körperliche Reaktionenbeim Laufen beschreiben

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(3.1) leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (Bewegungsfeld 3)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(3.1) die individuelle Gestaltung des Lauftempo bei einer Ausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (Bewegungsfeld 3)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Leistung (d)

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft. Schnellliekeit. Ausdauer. Koordination)

(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

Gesundheit (f)

(f2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

## Didaktische Entscheidungen

- Lange Laufstrecken & Erholungsphasen, über vielfältige Laufvariationen, aerobes Laufen durch Dauerperiode (50-70% der max. Leistung)

Extensives Intervalltraining 60% - 70% der max. Leistung:

- Auswirkungen des ausdauernden Laufens auf Belastung bezüglich der Herzfrequenz, der Pulsfrequenz, des Wärmeaustausches, der Körperempfindungen

Kooperatives & kommunikatives Ausdauerlaufen miteinander (statt gegeneinander)

Individuelle aerobe Belastungen wahrnehmen

## Methodische Entscheidungen

- Variationen mit der Laufzeit: z.B. Laufen & Gehen, Laufen & Reden, mit & ohne Urzeiten einhalten, Verbesserung der individuellen Ausdauerfähigkeit über Zeitschätzläufe, Minutenläufe, Dreieckslauf, Hindernisläufe, Run and Bike Diagonalläufe

Biathlon, Puzzelläufe, Staffelläufe

- Laufen in unterschiedlicher Umgebung
- Laufen mit schnellem & langsamem Beginn
- Laufen auf unterschiedlichen Böden
- Barfuß
- Fahrtspiel
- Orientierungsläufe

Reflektierte Auseinandersetzung & Information: Belastungsdosierung (170/160-Lebensalter) Pulsmessung (Ruhe-, Belastungspuls) Festhalten in

## Gegenstände / Fachbegriffe

Streckenläufe

Zeitläufe

Hindernisläufe

Orientierungsläufe

Fahrtspiel

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

unterrichtsbegleitend

punktuell:

Eine nicht normierte Ausdauerleistung I (20 Minuten) erbringen

Kriterien:

Laufen ohne Unterbrechung

## Fachbegriffe

- Aerobe Ausdauer
- Anaerobe Ausdauer
- Ermüdungswiderstandsfähigkeit

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich</b>	<b>Päd. Perspektive</b>	<b>Jahrg.-Stufe</b>	<b>Dauer des UV Std.</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>Laufende UV Nr.</b>
<i>Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen</i>	<i>E/A</i>	<i>8</i>	<i>6</i>		

## **„Wie spielt man in anderen Kulturen? Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen" (am Beispiel Flagfootball)**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 2.1, 10 BWK 2.3, 8 MK 2.1, 10 UK 2.1**

### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- komplexere spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch- kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Spielen anwenden
- Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund selbstständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen

### **Methodenkompetenz:**

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

### **Urteilskompetenz:**

- Spiele – auch aus anderen Kulturen oder dem Behindertensport– hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen.

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

### ***Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)***

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

### ***Kooperation und Konkurrenz (e)***

- Mit- und Gegeneinander
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technisch-koordinative Handlungsmöglichkeiten erwerben</li> <li>• taktisch- kognitive Handlungsmöglichkeiten erlernen bzw. erweitern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik- Spiel- Modell</li> <li>• "spielechte" Spielformen (Quarterback-Ball, Quarterback-Flag-Football)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Problemorientierung</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wurf- und Fangschulung</li> <li>• Techniks Schulung</li> <li>• Raumorientierung</li> <li>• Taktikschulung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufspielzug</li> <li>• Passspielzug</li> <li>• Flaggeziehen</li> <li>• Endzone</li> <li>• Touchdown</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielverständnis</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung</li> <li>• Taktisch / -kognitive Verhaltensmuster in Verteidigung und Angriff</li> </ul>

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>päd. Perspektive</b>		<b>Klasse</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>laufende UV Nr.</b>
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)	A	E	8	8	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

### **Badminton: Ich will gewinnen! – sich im Partnerspiel fair aber wettkampforientiert verhalten**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(7.1) in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen (Bewegungsfeld 7)

(7.3) sich in komplexen Handlungs- /Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (Bewegungsfeld 7)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(7.2) Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. (Bewegungsfeld 7)

Wählen Sie ein Element aus.

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(7.1) verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Kooperation und Konkurrenz (e)

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wählen Sie ein Element aus.

(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Wählen Sie ein Element aus.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <p>Aufgreifen der Vorerfahrungen zum Thema Badminton</p> <p>Einführung der Zentralen Position als Grundlage für ein variables Badmintonspiel</p> <p>Einführung des Vorhand-Überkopf-Clears zur Vorbereitung auf später einzuführende Schlagvarianten (Smash, Drop, Drive)</p>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Erlernen des Vorhand-Überkopf-Clears als grundlegende Schlagvariante, um auf unterschiedliche Spielsituationen reagieren zu können</li> <li>Thematisierung der zentralen Position im Badmintonspielfeld als Ausgangsposition für jegliche Spielhandlung (kurze Laufwege)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Badmintonschläger</li> <li>Badmintonbälle</li> <li>Netz</li> <li>Spielfeldmarkierungen</li> <li>Übungskarten (Sportiv)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <p>individuelle Verbesserung</p> <p>Einsatzbereitschaft</p> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Demonstration des Vorhand-Überkopf-Clear sowie Einnahme der zentralen Position nach jedem Schlag</p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Bewegungsausführung des Vorhand-Überkopf-Clears auf der Grundlage der Kriterien aus den Übungskarten (Sportiv)</p> <p>Deutlich sichtbare Einnahme der zentralen Position nach jeder Schlagausführung</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Zentrale Position</p> <p>Vorhand-Überkopf-Clear</p> <p>Laufwege</p> <p>Aufschlagrecht</p> <p>Zählweise</p>			

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich</i>	<i>päd. Perspektive</i>		<i>Klasse</i>	<i>Dauer des UV</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>laufende UV Nr.</i>
Bewegen an Geräten – Turnen (5)	C	D	8	6	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

## Wir gestalten eine Übung an Barren und Schwebebalken.

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(5.1) grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren (Bewegungsfeld 5)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(5.1) den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen (Bewegungsfeld 5)

(5.2) grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden (Bewegungsfeld 5)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(5.1) Bewegungssituationen und Bewegungsarrangements im Hinblick auf Sicherheit und Gesundheit beurteilen (Bewegungsfeld 5)

### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Wagnis und Verantwortung (c)

Leistung (d)

Wählen Sie ein Element aus.

(c2) Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

Wählen Sie ein Element aus.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Verbessern der Körperspannung als Voraussetzung zum Bewältigen turnerischer Aufgaben</li> <li>- Verbessern des Streckstützes am Parallelbarren/ Stufenbarren, Schwebebalken</li> <li>- Verbessern und Erweitern von Schwungbewegungen im, aus dem und in den Stütz am Parallelbarren</li> <li>- Anwenden der Sicherheits- und Hilfestellung</li> <li>- Üben des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten ]</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus den UV Turnen der Jg. 5 - 7</li> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>[Parallelbarren, Stufenbarren, Schwebebalken, Matten, Weichbodenmatten ]</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Geräteauf- und abbau,</li> <li>- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,</li> <li>- individueller Fortschritt ]</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• [Demonstration einer mehrteiligen Übung an einer Gerätebahn (Parallelbarren und Stufenbarren / Reck) ]</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Wahl der Übung</li> <li>- Ausführung der Übungselemente gemäß Vorschrift.]</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>[Stützschnellen auch mit Grätschen und Schließen der Beine, Kehrwende, Wendekehre, Rolle vorwärts / rückwärts, Hüftabschwung vorlings vorwärts / rückwärts auch mit LAD, Hüftaufschwung vorlings rückwärts, Klammergriff ]</p>			

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich 6.4</b>	<b>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</b>	<b>Jahrg.-Stufe</b>	<b>Dauer des UV Std.</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>Laufende Nr. der UV</b>
<i>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</i>	<i>B</i>	<i>8</i>	<i>6</i>		

***Step–Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten ODER Entwickeln einer Choreographie mit dem Rope***

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

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

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

**Methodenkompetenz (MK)**

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

**Urteilskompetenz (UK)**

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

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

**Bewegungsgestaltung (b)**

- Grundprinzipien und Formen von Bewegung (1)
- Gestaltungsformen und -kriterien (2)

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte motorischen Lernens

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestalten einer Gruppenchoreographie</li> <li>- Verbinden von Arobic und Steppkombinationen</li> <li>- Gestaltungskriterien &amp; Bewegungskriterien einführen</li> <li>- Verbinden von Elementen zu einer Gruppenchoreographie</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Arbeit in kleinen Gruppen zur Entwicklung und Erprobung eigener Bewegungsideen</li> <li>- Präsentation in Kleingruppen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stepp-Bretter</li> <li>- Körperspannung</li> <li>- Gestaltungskriterien (z.B. Raumnutzung, Partnerbezug, Formation)</li> <li>- Ausführungskriterien (z.B. Präzision, Synchronität)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Entwicklung der Chroeographie</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Kooperative Absprachen in der Kleingruppe</li> <li>- Organisation innerhalb der Gruppe</li> <li>- Individueller Fortschritt</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation der Choreographie</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsausführung</li> <li>- Synchronität</li> <li>- Einhalten der Gestaltungs-/Ausführungskriterien</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperspannung</li> <li>- Gestaltungskriterien</li> <li>- Ausführungskriterien</li> <li>- Synchronität</li> <li>- Choreographie</li> </ul>			

<i>Bewegungsfeld/Sportbereich:</i>	<i>Päd. Perspektive</i> <i>leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV</i> <i>Std.</i>	<i>Vernetzen</i> <i>mit UV</i>	<i>Laufende Nr.</i> <i>der UV</i>
Spiele in und mit Regelstrukturen (7)	A, E	8	8		

## **Die gegnerischen Spieler überlisten – komplexe Spielsituationen im Volleyball wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln**

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

### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: Die SuS können...**

- in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen.
- Konflikte mit Mit- und Gegenspielern in Spielsituationen selbstständig lösen.
- sich in komplexen Handlungs-/Spielsituationen taktisch angemessen verhalten.
- das ausgewählte große Sportspiel fair, mannschaftsdienlich und regelgerecht spielen.

### **Methodenkompetenz:**

- grundlegende Spielregeln situationsgemäß verändern und vereinbaren und die Folgen der Regelveränderungen erläutern.
- Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen.

### **Urteilskompetenz:**

- verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.

### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

#### **(a) Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung**

- Wahrnehmung und Körpererfahrung
- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

#### **(e) Kooperation und Konkurrenz**

- Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)
- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen und Mannschaftsbildungsprozessen
- (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u. a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterung der Regelkenntnisse und des taktischen Verhaltens</li> <li>- Organisatorische Fähigkeiten entwickeln und einsetzen</li> <li>- Aufschlag von oben</li> <li>- Die erlernten Fertigkeiten in der Feinform beherrschen</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schiedsrichtertätigkeiten</li> <li>- Organisation von kleinen Turnieren</li> <li>- Selbstständiger Auf- und Abbau des Spielfeldes</li> <li>- Ballannahme: Bereitschaftshaltung, Position, Spiel über Position 3 auf 2 auf 4</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Begriffe aus der Regel- und Taktikkunde (Zählweise, Satz- und Spielgewinn, technischer Fehler)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spiel- und Unterrichtsbeobachtungen</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Kooperatives Teamverhalten</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bereitschaftshaltung</li> <li>- Positionen</li> <li>- Taktik</li> <li>- Technischer Fehler</li> </ul>			

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich</i>	<i>päd. Perspektive</i>		<i>Klasse</i>	<i>Dauer des UV</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>laufende UV Nr.</i>
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	A	C	8	6	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

**Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden.**

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(5.1) grundlegende Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten (Boden, Reck, Stufen- oder Parallelbarren) ausführen sowie Bewegungen variieren und kombinieren (Bewegungsfeld 5)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(5.1) den Aufbau von Geräten und Gerätekombinationen nach vorgegebenen Anleitungen weitgehend selbständig organisieren und kooperativ durchführen (Bewegungsfeld 5)

(5.2) grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen sowie vertrauensbildende Maßnahmen beschreiben und situationsangemessen anwenden (Bewegungsfeld 5)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(5.2) Geräteaufbauten unter Sicherheitsaspekten beurteilen

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung

(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Wagnis und Verantwortung (c)

(c1) Spannung und Risiko

(c2) Emotionen (u.a. Freude, Frustration, Angst)

(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anwendung turnerischer Grundfertigkeiten in einer Trendsportart</li> <li>- Differenzierte Parkours nach Schwierigkeitsgrad</li> <li>- Eingehen von Wagnissen und Verantwortung</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sicherheit vor Risiko</li> <li>- Vom sicheren Abrollen, über das Klettern zum Springen</li> <li>- Einzelne Hindernisse überwinden, um einen Parkour zu durchlaufen</li> <li>- Bewertungskriterien erstellen und kategorisieren</li> <li>- Lerntheke mit Tricks und Tutorials</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Videotutorials</li> <li>- Verschiedene Hindernisse in einer selbst gewählten Reihenfolge mittels selbst gewählter Techniken überwinden</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Kooperatives Verhalten</li> <li>- Kontinuierliches Üben und Wagen</li> <li>- Einschätzen der eigenen Fähigkeiten</li> <li>- Qualität der Bewegungsausführungen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchlaufen eines Parkours (Flow der Bewegung)</li> <li>- Bewerten der Ausführung der Überwindung von Hindernissen</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gerätesicherung</li> <li>- Hilfestellung</li> <li>- Hindernisse</li> <li>- Tricks</li> </ul>			

<b>Bewegungsfeld / Sportbereich</b>	<b>päd. Perspektive</b>		<b>Klasse</b>	<b>Dauer des UV</b>	<b>Vernetzen mit UV</b>	<b>laufende UV Nr.</b>
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	A	D	8	6	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

**Thema des UV: „Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? – seine Fitness testen und Grundprinzipien des Trainings sowie eine weitere Entspannungstechnik kennen und anwenden“**

**Kompetenzerwartungen: 8 BWK 1.2, 8 BWK 1.3, 8 MK 1.2, 8UK 1.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u.a.) Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen unter Anleitung weiterentwickeln und dies in einfachen sportbezogenen Anforderungssituationen zeigen (2)
- Eine komplexere Entspannungstechnik (z.B. progressive Muskelentspannung) unter Anleitung ausführen und deren Funktion, Aufbau und Wirkung beschreiben (3)

**Methodenkompetenz:**

- Grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten in Ansätzen beschreiben (2)

**Urteilskompetenz:**

- Ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a2, a3, d1, d2 ,d3, f3**

**Angabe des 1. Inhaltsfeldes (a)**

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

**Angabe des 2. Inhaltsfeldes (d)**

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

**Angabe des 3. Inhaltsfeldes (f)**

- Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Theoretische Grundlagen der Kraftausdauer</li> <li>- Sinnhaftigkeit →Krafttraining wozu?</li> <li>- Progressive Muskelentspannung</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vorgabe eines Kraftzirkels</li> <li>- Entwicklung individueller Trainingspläne</li> <li>- Leistungskarten</li> <li>- Vorstellung: Progressive Muskelentspannung (z.B. nach Jacobsen)</li> <li>- Evtl. Erarbeitung eines eigenen kleinen Fitnessworkouts</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Groß-, Kleingeräte zur Kraftschulung</li> <li>- Leistungskarten</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>Unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einsatzbereitschaft</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Leistungsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistungskarten</li> <li>- Vorstellung der Fitnessworkouts</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kraft</li> <li>- Kraftausdauer</li> <li>- Bewusste Muskelentspannung</li> <li>- Progressive Muskelentspannung</li> </ul>			

<i>Bewegungsfeld / Sportbereich</i>	<i>päd. Perspektive</i>		<i>Klasse</i>	<i>Dauer des UV</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>laufende UV Nr.</i>
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	D	E	8	5	[ ]	[ ]

## **Weitsprung lernen – eine Technik erfahren, verstehen und anwenden**

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.2) leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen (Bewegungsfeld 3)

(3.1) technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf, Sprung, Wurf) leichtathletischer Disziplinen ausführen und erläutern sowie für das Aufwärmen nutzen (Bewegungsfeld 3)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(3.1) unter Anleitung für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren (Bewegungsfeld)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

3.1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen (Bewegungsfeld 3)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Leistung (d)

Kooperation und Konkurrenz (e)

[ ]

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)

[ ]

(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

[ ]

[ ]

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Phasenverlauf</li> </ul>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hüpfen &amp; Springen in Spielformen (z.B. Hahnenkampf: Partner einbeinig hüpfend mit verschränkten Armen aus dem Gleichgewicht bringen)</li> </ul> <p>Übungen zur Stärkung:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Streckfähigkeit Beinmuskulatur</li> <li>- Haltekraft Rumpfmuskulatur</li> </ul> <p>Schulung Anlauf-Absprungkomplex der Schrittsprungtechnik</p> <p>Hangsprung ggf.did. Reserve für Pro's</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Strecksprünge in Hangsprung</li> <li>- Standweitsprünge (erhöhte Position/ aus Anlauf/ kompletter Bewegungsablauf)</li> </ul> <p>Zu Beginn Status Quo ohne, zum</p>	<p>Schulung Anlauf-Absprungkomplex Schrittsprungtechnik (Lehrerzentriert, Slomo- Technikvideo- Bewegungsvorstellung + Reihenbild Schrittsprungtechnik)</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fortlaufende Steigesprünge über Hindernisse</li> <li>2. Absprung von Erhöhung (Flugzeit verlängern)</li> <li>3. Absprung aus kurzem Anlauf</li> <li>4. Schrittsprung von Erhöhung (Landung im Ausfallschritt)</li> <li>5. Schrittsprung aus kurzem Anlauf (aktive Landung)</li> <li>6. Kompletter Bewegungsablauf aus vollem Lauf</li> <li>7. Individ. Anlauf finden</li> </ol>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Reihenbild &amp; Slomo- Technikvideo</li> <li>- Kräftigungsübungen</li> <li>- Dehnübungen</li> <li>- Steigesprünge</li> <li>- Steigerungsläufe</li> <li>- Sprungtagebuch</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- technische Ausführung</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Sprungtagebuch</li> <li>- Trainingsorganisation (Intensität, Notizen z.B. zum Anlauf,..)</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsbeschreibung</li> <li>- Sprungweite</li> <li>- Bewegungsqualität</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anlauf: schnell, dynamisch</li> <li>- Absprung: Oberkörper aufrecht</li> <li>- Flugphase: Hangphase in Hohlkreuzstellung erkennbar</li> <li>- Landung: Füße vor Gesäß, kein Zurückfallen</li> <li>- Absprung: Sprungbein gestreckt, Schwungknie rechtwinklig, dynamisch eingesetzt, Schwungarmeinsatz sichtbar</li> </ul>

<u>Jahrgangsstufe 9</u>	<u>Päd. Persp.</u>	<u>Dauer</u>
<b>1.</b> Aufwärmprogramme selbstständig erarbeiten und durchführen	A, F	integriert
<b>2.</b> Leichtathletik: Wir lernen lange zu laufen II	F, D	8
<b>3.</b> Leichtathletik: Hochsprung oder Kugelstoßen	A, D	10
<b>4.</b> Turnen: Wir turnen an zwei selbst gewählten Geräten	A, C	10
<b>5.</b> Entwickeln einer Choreographie mit dem Rope / Stepp-Aerobic	B, A	6
<b>6.</b> Freiraum		4
<b>7.</b> Tänze aus anderen Kulturen kennen lernen, variieren und präsentieren	B, E	6
<b>8.</b> Badminton: Gegeneinander spielen & gewinnen wollen	E, D	12
<b>9.</b> Volleyball - Erlernen der Grundformen	B,A,	4
<b>10.</b> Fußball: Taktische und technische Parameter im Mannschaftsspiel Fußball situativ anpassen	E, A	8
<b>11.</b> Freiraum		6

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (1)	A	F	9	Integriert in die anderen UV	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

Aufwärmprogramme selbstständig erarbeiten und durchführen.

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(1.2) ausgewählte Faktoren der Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in komplexen portbezogenen Anforderungssituationen zeigen

(1.1) sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (Bewegungsfeld 1)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(1.1) ein Aufwärmprogramm nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (Bewegungsfeld 1)

(1.2) grundlegende Methoden zur Verbesserung der Leistungsfähigkeit benennen, die Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben & einen Handlungsplan für die Verbesserung der Leistungsfaktoren entwerfen/umsetzen

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(1.1) ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen beurteilen. (Bewegungsfeld 1)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Wählen Sie ein Element aus.

(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung

(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

(f2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wählen Sie ein Element aus.

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

## Didaktische Entscheidungen

Möglichkeiten der individuellen Leistungssteigerung durch Fitnesstraining und neue Bewegungsmöglichkeiten innerhalb des Aufwärmprogramms.

## Methodische Entscheidungen

Zirkeltraining, Ausdauerschulung durch Einzelarbeit..

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Stoppuhren
- Stationenkarten
- Individuelle Datenerfassung.

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

Individuelle Leistungssteigerung, Einsatz von eigenen Möglichkeiten der Planung.

### punktuell:

Ergebnisse von Leistungsüberprüfungen im Bereich Zirkeltraining.

### Kriterien:

Leistungssteigerungen in den einzelnen Kategorien.

## Fachbegriffe

Aerobe Ausdauer, Intervalltraining

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	F	D	9	8	[ ]	[ ]

**UV9: Wir lernen lange zu laufen II - ausdauerndes Laufen systematisch verbessern**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.3) beim Laufen eine Ausdauerleistung (ca.25 Min.) gesundheitsorientiert–ohne Unterbrechung ,in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit–erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen

**Methodenkompetenz (MK)**

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

**Urteilskompetenz (UK)**

(3.1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit und die Leistungsfähigkeit der Wettkampfgruppe grundlegend beurteilen  
(Bewegungsfeld 3)

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Gesundheit (f)

(f2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

Leistung (d)

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

(d2) Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche)

[ ]

(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

[ ]

## Didaktische Entscheidungen

### Inhalte

- Diagnose der ind. Ausdauerleistungs- fähigkeit ( 25 Minuten Lauf)
- Wahrnehmen und Einschätzen der Leistungsintensität (Buskies- und- Boeckh- Behrens-Skala)
- Körperliche Reaktionen an Belastung und Anpassungen durch Training
- Trainingsmethoden zum aeroben Ausdauertraining
- Auswirkungen von Ausdauertraining auf die Gesundheit

## Methodische Entscheidungen

- Dauermethode
- Extensive Intervallmethode
- Lerntagebuch zur Trainingskontrolle
- Individualisierung durch individuelle Trainingskontrolle und Trainings- steuerung

## Gegenstände / Fachbegriffe

### Gegenstände

- Steigerungsläufe
- Gesundheitlich relevante Anpassungen: „Sportherz“, Sauerstoffaufnahme, Blutdruckregulierung Befindlichkeit

### Fachbegriffe

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- Überwachung: Lerntagebuch
- Anstrengungsbereitschaft

### punktuell:

### Kriterien:

- 25 Min Dauerlauf bei gesundheitsorientierter HF (120 – 140 S/min)/ Belastung

## Fachbegriffe

25 Minutenlauf  
Intervalltraining  
Atemfrequenz  
Herz-Minutenvolumen  
Min. – max. Hf

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	A	D	9	10	[ ]	[ ]

**UV10: Das hab ich noch nie gemacht! – Hochsprung oder Kugelstoß als neue Herausforderung annehmen**

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.2) eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (Bewegungsfeld 3)

(3.1) leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch-kordinativen Fertigkeiteniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (Bewegungsfeld 3)

**Methodenkompetenz (MK)**

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

**Urteilskompetenz (UK)**

(3.1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (Bewegungsfeld 3)

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Leistung (d)

[ ]

(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)

[ ]

(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

[ ]

[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS entscheiden sich individuell für eine ihnen unbekannte bzw. ausbaufähige leichtathletische Disziplin</li> <li>- Diese erarbeiten &amp; trainieren Sie weitgehend selbstständig</li> <li>- Lehrer fungiert als Berater &amp; Sicherheitsexperte</li> <li>- Sicherheitseinweisungen</li> <li>- Grundlegende Merkmale der gewählten Disziplin in ihrer Funktionalität erläutern</li> <li>- Messverfahren sachgerecht anwenden</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lerntheken mit Bewegungsbeschreibungen, Regelwerk, Reihenbildern/ Technikvideos, Fehlerbildern, Übungssammlungen (Kraft, Schnellkraft, Technik) &amp; Anlagenkunde</li> <li>- Selbstständiges Üben &amp; Trainieren</li> <li>- Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen)</li> <li>- Wettkampfstätten sachgerecht herrichten &amp; sicherheitskonform nutzen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Biomechanische Grundlagen (Schwungelemente, Impulse)</li> <li>- Wettkampfregele der Disziplin</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Laufzettel (Technikbeschreibung, Bewegungsbild, Lernschritte 1-x, Videoanalyse, Fehlerbilder)</li> <li>- Leistungsdokumentation angemessenes Übungs- &amp; Trainingsverhalten</li> <li>- Hilfsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>LEK</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Praxis</li> <li>○ Technikbeschreibung</li> <li>○ 1 Fehlerbild + korrigierende Übung</li> <li>○ Grobkoordination</li> <li>○ Bewegungsfluss</li> <li>○ Bewegungsdynamik</li> <li>○ Bewegungsrhythmus</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- technische Ausführung</li> <li>- Hochsprung:</li> <li>- Kugelstoß:</li> <li>- Praxis-Ergebnis (Orientierung an Tabelle)</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fosbury-Flop/ Schersprung: Doppelarmschwung/ Schwungbein/ Vertikalimpuls/ Rotationsbewegung/ Drehimpuls/ Kurvenlauf</li> <li>- Kugelstoß: Abwurfwinkel/ Abwurfhöhe/ Angleitphase/ Verwringung/ Rückenstoßtechnik/ Standwaage/ Stemmbein/ Wurfkreis</li> <li>- Bewegungsphasen</li> <li>- KSP</li> </ul>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Bewegen an Geräten – Turnen (5)	A	C	9	10	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

Wir turnen an zwei selbst gewählten Geräten.

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(5.1) an Turngeräten oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf der Basis individueller Fähigkeiten normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (Bewegungsfeld 5)

(5.3) an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(5.1) in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (Bewegungsfeld 5)

(5.2) zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erläutern (Bewegungsfeld 5)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(5.1) Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (Bewegungsfeld 5)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Wagnis und Verantwortung (c)

Wählen Sie ein Element aus.

(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung

(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

Wählen Sie ein Element aus.

(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen

Wählen Sie ein Element aus.

Wählen Sie ein Element aus.

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Verbessern der Körperspannung als Voraussetzung zum Bewältigen turnerischer Aufgaben</li> <li>- Verbessern der Ausführung von Übungsteilen am Boden, am Parallelbarren, am Schwebebalken, am Stufenbarren und am Sprung</li> <li>- Anwenden der Sicherheits- und Hilfestellung</li> <li>- Üben des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten ]</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Anknüpfen an Erfahrungen aus den UV Turnen der Jg. 5 - 8</li> <li>- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit ]</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>[Sprunggeräte, Parallelbarren, Stufenbarren, Schwebebalken, Sprungbrett, Turnmatte, Weichbodenmatte]</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Geräteauf- und abbau,</li> <li>- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,</li> <li>- individueller Fortschritt ]</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>[Demonstration von zwei mehrteiligen Kürübungen an zwei Wahlgeräten oder einer mehrteiligen Kürübung und zwei verschiedenen Sprüngen. ]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- [Ausführung der Übungsteile gemäß Vorschrift.</li> <li>- Schwierigkeit der Übungsteile ]</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>[Rollbewegungen am Boden und Barren, Sprungbewegungen am Boden, Sprung und Balken, Stützbewegungen am Boden, Sprung, Barren und Reck, Schwungbewegungen am Barren und Reck, Drehungen am Boden, Sprung, Barren und Balken, Hilfe- und Sicherheitsstellungen.]</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	B	A	9	6	Wählen Sie ein Element aus.	

**Thema des UV: Stepp-Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten ODER Entwickeln einer Choreographie mit dem Rope**

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.2, 6.4, MK 6.1, UK 6.1**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SchülerInnen können Objekte und Materialien in das ästhetisch- gestalterische Bewegunghandeln integrieren.
- Die SchülerInnen ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten , - aufgaben und - anlässen eigene Kompositionen (z.B. Fitnesschoreographien in der Gruppe, tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren.

**Methodenkompetenz:**

- Die SchülerInnen können ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,...) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung) nutzen.

**Urteilskompetenz:**

- Die SchülerInnen können bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.

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

**Bewegungsgestaltung (b)**

- Gestaltungsformen und - kriterien
- Variation von Bewegung
- Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen

**Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen
- Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens

Abspraken der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:

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

Thema des UV (6.5): **Stepp-Aerobic – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten ODER Entwickeln einer Choreographie mit dem Rope** (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Erlernen und Üben der Grundsprünge und Rhythmuschulung</li> <li><input type="checkbox"/> Umsetzung eines Themas durch zeitliche und räumliche Variationen in der Gruppe</li> <li><input type="checkbox"/> räumliche Variationen als Möglichkeit, ein Thema gestalterisch umzusetzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Vom Einfachen zum Zusammengesetzten</li> <li><input type="checkbox"/> Bewegungsaufgaben erproben, üben, lösen</li> <li><input type="checkbox"/> Themen erkennen, benennen und beschreiben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundsprünge Rope-Skipping <input type="checkbox"/> Technik</li> <li>• Gestaltungskriterium Raum, Zeit</li> <li>• Step-aerobik</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Easy Jump, Criss-Cross, Heel to Heel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Simple, basic, t,</li> <li>• Einer-Rhythmus, Double Bounce, Double Under</li> <li>• Raumwege, Aufstellungsformen</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Umsetzung von Bewegungsanweisungen</li> <li><input type="checkbox"/> Präsentation der Ergebnisse</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	[B]	[E]	[9]	6	[Wählen Sie ein Element aus.]	[ ]

## Thema des UV: Tänze aus anderen Kulturen kennen lernen, variieren und präsentieren

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.1,6.3,6.4, MK 6.1, UK 6.1**

### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SchülerInnen können ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern
- Die SchülerInnen können Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper / Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen - auch in der Gruppe - auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.
- Die SchülerInnen können ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen (z.B tänzerische Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren.

### **Methodenkompetenz:**

- Die SchülerInnen können ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,...) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung) nutzen.

### **Urteilskompetenz:**

- Die SchülerInnen können bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.

### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: b 1, b 2, b 3, e 2**

#### **Bewegungsgestaltung (b)**

- Gestaltungsformen und -kriterien
- Variation von Bewegung
- Gestaltungsanlässe

#### **Kooperation und Konkurrenz (e)**

- soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildungsprozessen

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
 BF 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste  
 Thema des UV: " **Tänze aus anderen Kulturen kennen lernen, variieren und präsentieren** "  
 (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Imitation und Umgestaltung verschiedener Bewegungssequenzen</li> <li><input type="checkbox"/> Erarbeitung zentraler Merkmale von Tanzstilen anderer Kulturen als Grundlage für eigene Choreographien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Imitieren, begreifen und einüben</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Merkmale verschiedener Tanzstile</li> <li><input type="checkbox"/> Musikkunde</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Beat, Off-Beat</li> <li><input type="checkbox"/> Zählzeiten, Musikbogen</li> <li><input type="checkbox"/> Zähltempo verdoppeln</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Umsetzung von Bewegungsanweisungen</li> <li><input type="checkbox"/> Notation der Ergebnisse</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Präsentation</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)	B	A	9	4 .	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

Erlernen der Grundformen des Volleyballspiels

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(7.1)komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben (Bewegungsfeld 7)

(7.4) das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (Bewegungsfeld 7)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(7.2)Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.(Bewegungsfeld 7)

Wählen Sie ein Element aus.

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(7.1) die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen.

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegenslernen (a)

(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung

Wählen Sie ein Element aus.

Kooperation und Konkurrenz (e)

Wählen Sie ein Element aus.

(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

Wählen Sie ein Element aus.

Wählen Sie ein Element aus.

Wählen Sie ein Element aus.

## Didaktische Entscheidungen

- Einführung der Grundtechniken des Volleyballspiels
- Einführung der taktischen Grundbegriffe.

## Methodische Entscheidungen

- Erlernen der Grundtechniken : pritschen, baggern und Aufschlag von unten
- Vermittlung der taktischen Grundformen.

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Volleybälle
- Netz
- Übungskarten

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

Anstrengungsbereitschaft und individuelle Steigerung der Ausführung der Grundtechniken.

### punktuell:

.

### Kriterien:

.

## Fachbegriffe

Pritschen, Baggern, Aufschlag.

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
[Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)]	[E]	[D]	[9]	[12]	[Wählen Sie ein Element aus.]	[Wählen Sie ein Element aus.]

[Gegeneinander spielen & gewinnen wollen – das ausgewählte Mannschaftsspiel Badminton regelkonform spielen]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(7.1) in Spielsituationen grundlegende technische, koordinative Fertigkeiten anwenden, beschreiben und Korrekturhilfen umsetzen (Bewegungsfeld 7)]

[(7.3) sich in komplexen Handlungs- /Spielsituationen taktisch angemessen verhalten (Bewegungsfeld 7)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(7.2)Mannschaftsspiele organisieren, durchführen und Schiedsrichtertätigkeiten gemäß gegebener Regeln übernehmen. (Bewegungsfeld 7)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(7.1) verschiedene komplexere Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Fairness) beurteilen.]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)]

[(e3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen]

[Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)]

[(a3) Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte des motorischen Lernens]

[(a2) Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wählen Sie ein Element aus.]

## Didaktische Entscheidungen

Aufgreifen der Vorerfahrungen aus dem Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufe 7 und 8 zum Thema Badminton

Einführung der Zentralen Position als Grundlage für ein variables Badmintonspiel

Einführung des Vorhand-Überkopf-Clears zur Vorbereitung auf später einzuführende Schlagvarianten (Smash, Drop, Drive)

## Methodische Entscheidungen

- Erlernen des Vorhand-Überkopf-Clears als grundlegende Schlagvariante, um auf unterschiedliche Spielsituationen reagieren zu können
- Thematisierung der zentralen Position im Badmintonspielfeld als Ausgangsposition für jegliche Spielhandlung (kurze Laufwege)

## Gegenstände / Fachbegriffe

- Badmintonschläger
- Badmintonbälle
- Netz
- Spielfeldmarkierungen
- Übungskarten (Sportiv)

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

individuelle Verbesserung  
Einsatzbereitschaft

### punktuell:

Demonstration des Vorhand-Überkopf-Clear sowie Einnahme der zentralen Position nach jedem Schlag

Bewegungsausführung des Vorhand-Überkopf-Clears auf der Grundlage der Kriterien aus den Übungskarten (Sportiv)  
Deutlich sichtbare Einnahme der zentralen Position nach jeder Schlagausführung

## Fachbegriffe

Zentrale Position  
Vorhand-Überkopf-Clear  
Laufwege  
Aufschlagrecht  
Zählweise

[Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)]	[E]	[A]	[9]	8	[Wählen Sie ein Element aus.]	[Wählen Sie ein Element aus.]
--	-----	-----	-----	---	-------------------------------	-------------------------------

Immer passend um zu gewinnen – taktische und technische Parameter im Mannschaftsspiel Fußball situativ anpassen

**Kompetenzerwartungen:**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(7.1) komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben (Bewegungsfeld 7)

(7.3) taktischen Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern (Bewegungsfeld 7)

**Methodenkompetenz (MK)**

(7.1) Darstellungen (z.B. Graphik, Foto, Film) von Spielsituationen erläutern und umsetzen

[Wählen Sie ein Element aus.]

**Urteilskompetenz (UK)**

(7.1) die eigenen technischen, koordinativen Fertigkeiten differenziert beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[Leistung (d)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[(e1) Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen)]

[(a1) Wahrnehmung und Körpererfahrung]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[ ]

[Wählen Sie ein Element aus.]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Videoaufzeichnungen aus dem professionellen Fußball</li> </ul> <p>→ Optimierungsmöglichkeiten der eigenen individualtaktischen &amp; mannschaftstaktischen Verhaltensweisen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erweiterung individualtaktischer und mannschaftstaktischer Handlungsoptionen</li> <li>- Antizipation gegnerischer Bewegungen und Raumwege üben</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielzüge planen und umsetzen</li> <li>• Schulung des peripheren Sehens</li> <li>• Wenn-Dann-Entscheidungen über sofortiges „Freeze“ (Einfrieren der Spielsituation) benennen &amp; Handlungsalternativen erkennen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungskarten (Sportiv)</li> <li>• Videoanalysen</li> <li>• Laufbewegungen und Laufwege analysieren</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- individuelle Verbesserung</li> <li>- Einsatzbereitschaft</li> <li>- Qualität der Umsetzung taktischer Verhaltensweisen</li> <li>- Spielverständnis</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p><u>Kriterien:</u></p> <p>Raumwege, Freilaufverhalten, Anspielbarkeit, Zielgenauigkeit, Sicherheit im Dribbling, Qualität individualtaktischer &amp; mannschaftstaktischer Spielentscheidungen</p>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Pass in die Tiefe Doppelpass Deckungsschatten</p>			

## Jahrgangsstufe 10

Päd.  
Persp.

Dauer

1. Was ist eigentlich „unser Spiel“? – geeignete Spielformen kriteriengeleitet entwickeln, erproben und variieren	E	6
2. Einen Orientierungslauf im Gelände planen & durchführen	E, D	8
3. Turnen: Wir turnen mit einem Partner an einem selbst gewählten Geräten (Boden, Parallelbaren, Schwebebalken)	A, D	10
4. Fit in shape – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen	F, A	6
5. Badminton: Gegeneinander spielen & gewinnen wollen	E, D	12
6. Freiraum		4
7. Wir planen ein Turnier für die Klasse(n) und erproben es!	E, C	10
8. Verfeinern der Techniken des Volleyballspiels	E, D	4
9. Freiraum		6

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
BF 2 Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen**

<b>Bewegungsfeld/Sportbereich: 2.6</b>	<i>Päd. Perspektive leitend/ergänzend</i>	<i>Jahrg.-Stufe</i>	<i>Dauer des UV Std.</i>	<i>Vernetzen mit UV</i>	<i>Laufende Nr. der UV</i>
<i>Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen</i>	<b>E</b>	10	6		

The

**ma des UV: „Was ist eigentlich „unser Spiel?“ – geeignete Spielformen kriteriengeleitet entwickeln, erproben und variieren“**

**Kompetenzerwartungen: 10 BWK 2.2, 10 MK 2.1, 10 UK 2.2**

**Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- In unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln

**Methodenkompetenz:**

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

**Urteilskompetenz:**

- Heterogenitätsdimensionen (körperliche Voraussetzungen, Geschlecht, Leistungsunterschiede, soziokulturelle Hintergründe) erkennen und beurteilen

**Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: e2, e3, e4**

**Kooperation und Konkurrenz (e)**

- Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen
- (Spiel-) Regeln und deren Veränderungen
- Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten

**Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
BF 2 Das Spielen entdecken und Bewegungsräume nutzen**

**Thema des UV (2.6): „Was ist eigentlich „unser Spiel?“ – geeignete Spielformen kriteriengeleitet entwickeln, erproben und variieren“**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gemeinsame Festlegung von Kriterien</li> <li>• verschiedene Mannschaftsbildungsprozesse anwenden</li> <li>• kooperatives Handeln vertiefen (in homogene und heterogene Gruppenzusammensetzungen)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kriterien</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppenarbeit</li> <li>• kriteriengeleitetes Bewerten von Spielideen mittels Bewertungsbogen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Bewertungsbogen</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kriteriengeleitete Entwicklung von Spielformen</li> <li>• Erproben der entwickelten Spielformen</li> <li>• Bewerten und ggf. variieren</li> </ul>	<p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einbringen in der Gruppenarbeit</li> <li>• Einsatzbereitschaft in den Erprobungsphasen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Gruppenergebnisses</li> <li>• Anleiten der Mitschüler</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)	E	D	10	8	[ ]	[ ]

## UV12: Einen Orientierungslauf im Gelände planen & durchführen

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(3.4) einen weiteren leichtathletischen Wettkampf (z.B. Mehrkampf, Biathlon, Triathlon, Orientierungslauf etc.) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen und angemessenen Wettkampfverhaltens vorbereiten/durchführen

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(3.1) Leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten (Bewegungsfeld 3)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(3.1) die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen (Bewegungsfeld 3)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Kooperation und Konkurrenz (e)

(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Leistung (d)

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

Gesundheit (f)

(f2) grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens

[ ]

[ ]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS organisieren in einem vorgegebenen Areal eigenständig einen Orientierungslauf</li> <li>- Sicherheitsaspekte</li> <li>- Geländewahl</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die SuS erarbeiten sich mit Hilfe von Schlagwörtern &amp; Quellenangaben erforderliches Wissen zur Organisation eines Orientierungslaufes</li> <li>- Typen von Orientierungsläufen in GA erarbeiten &amp; vorstellen &amp; eine Variante abstimmen</li> <li>- Im Plenum erörtert die Lerngruppe die erforderliche Arbeitsteilung</li> <li>- Erarbeitung eines umsetzbaren Konzepts</li> <li>- Reflexion, Anpassung, Umsetzung, Evaluation</li> <li>- Die SuS fertigen eine Mappe mit allen Planungsbeschreibungen, Durchführungsanweisungen und Handreichungen, sowie eine Tipp-Karten-Box für den folgenden Jahrgang an</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <p>Navigationkunde: Kartenlesen, Kompass-Navigation, Kartendatenbanken,</p>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Engagement GA</li> <li>- Durchhaltevermögen</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistung im O-Lauf</li> <li>- Umfang &amp; Qualität der Planungsmappe</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zeit</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Orientierungslauf, Topo-Karten, Streckenposten, Legende, Geländebeschaffenheit, Linien-, Schmetterling-, Rad-, Score-, Partner-intervall-, Stern-Orientierungslauf,</p>			

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Bewegen an Geräten – Turnen (5)	B	F	10	5	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

Wir turnen mit Partner(n) an einem selbst gewählten Gerät.

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(5.2) eine turnerische/akrobatische Gruppengestaltung kooperations- und teamorientiert unter Berücksichtigung der individuellen Fähigkeiten und Leistungsmöglichkeiten entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien nennen

(5.3) an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(5.1) in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (Bewegungsfeld 5)

(5.2) zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktion erläutern (Bewegungsfeld 5)

#### **Urteilskompetenz (UK)**

(5.1) Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (Bewegungsfeld 5)

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsgestaltung (b)	Gesundheit (f)	Wählen Sie ein Element aus.
(b1) Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch)	(f1) Unfall- und Verletzungsprophylaxe	Wählen Sie ein Element aus.
(b2) Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch)	(f3) unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive	Wählen Sie ein Element aus.

## Didaktische Entscheidungen

- [Verbessern der Körperspannung als Voraussetzung zum Bewältigen turnerischer Aufgaben
- Verbessern der Ausführung von Übungsteilen am Boden, am Parallelbarren und am Schwebebalken
- Anwenden der Sicherheits- und Hilfestellung
- Üben des gemeinsamen Auf- und Abbaus von Geräten ]

## Methodische Entscheidungen

- [Anknüpfen an Erfahrungen aus den UV Turnen der Jg. 5 - 9
- Anknüpfen an Erfahrungen aus der Freizeit. Dabei Elemente aus dem Bereich Parcour einbringen. ]

## Gegenstände / Fachbegriffe

[Parallelbarren, Schwebebalken, Sprungbrett, Turnmatte, Weichbodenmatte]

## Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung

### unterrichtsbegleitend

- [Geräteauf- und abbau,
- Einsatzbereitschaft in Bezug auf Wagnis, sicherheits- und gesundheitsförderlichem Verhalten,
- individueller Fortschritt ]

### punktuell:

[Demonstration einer mehrteiligen Kürübung mit einem oder mehreren Partnern am Schwebebalken, Parallelbarren oder Boden. ]

- [Synchronität der Übungen
- Ausführung der Übungsteile gemäß Vorschrift
- Schwierigkeit der Übungsteile ]

## Fachbegriffe

[Rollbewegungen am Boden und Barren, Sprungbewegungen am Boden und Balken, Stützbewegungen am Barren und Boden, Schwungbewegungen am Barren, Drehungen am Boden, Barren und Balken, Hilfe- und Sicherheitsstellungen.]

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste (6)	[F]	[A]	10	6	[Wählen Sie ein Element aus. ]	

### Thema des UV:

### Fit in shape - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen

**Kompetenzerwartungen: BWK 6.1,6.3, MK 6.1, UK 6.1**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:**

- Die SchülerInnen können ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens - auch in der Gruppe - ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern.
- Die SchülerInnen können Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung sowie Synchronität von Körper / Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen - auch in der Gruppe - auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren.

#### **Methodenkompetenz:**

- Die SchülerInnen können ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur,...) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung) nutzen.

#### **Urteilskompetenz:**

- Die SchülerInnen können bewegungsbezogene Klischees (u.a. Geschlechterrollen) beim Gestalten, Tanzen, Darstellen kritisch bewerten und beurteilen.

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

#### **Gesundheit (f)**

- Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens
- Unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

#### **Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung (a)**

- Wahrnehmung und Körpererfahrung

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen:  
 BF 6 - Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste  
 Thema des UV (6.7): " Fit in shape - tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitnessgymnastik nutzen" (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<input type="checkbox"/> Erarbeitung einer Fitnessgymnastik (Dehnen, Kräftigen, Lockern), die sich aus tänzerischen und gymnastischen Elementen zusammensetzt und in einer fließenden Abfolge durchgeführt wird	<input type="checkbox"/> Imitation von vorgegebenen Elementen <input type="checkbox"/> Lösen einer Bewegungsaufgabe	<b>Gegenstände</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Gymnastische Elemente (Dehnen, Kräftigen, Lockern ==&gt; z.B. Yoga, Pilates)</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Block vs. Fluss</li> </ul>	<b>prozessbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Umsetzung von Bewegungsanweisungen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li><input type="checkbox"/> Präsentation</li> </ul>

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)	B	A	10	4 .	Wählen Sie ein Element aus.	Wählen Sie ein Element aus.

Verfeinern der Techniken des Volleyballspiels

### Kompetenzerwartungen:

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

(7.1)komplexe technische, koordinative Fertigkeiten in Spielsituationen anwenden, erläutern und Korrekturhilfen geben (Bewegungsfeld 7)

(7.4) das ausgewählte große Sportspiel auf fortgeschrittenem Niveau spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern (Bewegungsfeld 7)

#### **Methodenkompetenz (MK)**

(7.2)Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.(Bewegungsfeld 7)

(7.3) Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen

#### **Urteilskompetenz (UK)**

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

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

(b2) Variationen von Bewegung (u.a. räumlich, zeitlich,dynamisch)

Wählen Sie ein Element aus.

Kooperation und Konkurrenz (e)

(d1) Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination)

(c3) Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)

Wählen Sie ein Element aus.

(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)

Wählen Sie ein Element aus.

### **Didaktische Entscheidungen**

- Grundtechniken des Volleyballspiels verbessern
- Taktische Grundlagen umsetzen.
- Angriffstechniken erlernen
- Aufschlag von oben einführen

### **Methodische Entscheidungen**

- Anwenden der Grundtechniken : pritschen, baggern und Aufschlag von unten
- Aufschlag von oben
- Einfache Angriffsformen
- Anwendung taktischer Grundformen.

### **Gegenstände / Fachbegriffe**

- Volleybälle
- Netz
- Übungskarten

### **Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung**

#### unterrichtsbegleitend

Anstrengungsbereitschaft und individuelle Steigerung der Ausführung der Grundtechniken.

#### punktuell:

Überprüfung einzelner Techniken.

#### Kriterien:

.

### **Fachbegriffe**

Pritschen, Baggern, Aufschlag, Schmetterschlag.

Bewegungsfeld / Sportbereich	päd. Perspektive		Klasse	Dauer des UV	Vernetzen mit UV	laufende UV Nr.
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele (7)	[E]	[C]	[10]	[10]	[Wählen Sie ein Element aus.]	[Wählen Sie ein Element aus.]

[Wir planen ein Turnier für die Klasse(n) und erproben es! – ein Turnier (für die eigene Klasse/ Jahrgangsstufe) sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren.]

### **Kompetenzerwartungen:**

#### **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)**

[(7.5) das ausgewählte Partnerspiel auf fortgeschrittenem Niveau regelgerecht, fair mit und gegeneinander spielen und die spielspezifischen Gelingensbedingungen erläutern.]

[(7.3)taktisches Verhalten in Handlungs-/Spielsituationen situationsgemäß ändern und erläutern. (Bewegungsfeld 7)]

#### **Methodenkompetenz (MK)**

[(7.3) Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren und Schiedsrichtertätigkeiten nach komplexem Regelwerk übernehmen.]

[(7.2)Spielregeln unter konstitutiven, strategischen und sozialen Aspekten unterscheiden und situationsgerecht anpassen.(Bewegungsfeld 7)]

#### **Urteilskompetenz (UK)**

[(7.2) die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen.]

#### **Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte:**

[Kooperation und Konkurrenz (e)]

[(e2) soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen]

[(e4) Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe)]

[ ]

[(e3) (Spiel-)Regeln und deren Veränderungen]

[Wählen Sie ein Element aus.]

[Leistung (d)]

[(d3) differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)]

[Wählen Sie ein Element aus.]

<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Prämisse: ALLE spielen mit!</li> <li>- Planungsphase erfolgt zu großen Teilen im Klassenraum</li> <li>- Sofern mit Stundentafel konform: Turnier der gesamten Jahrgangsstufe, alternativ Klassenintern</li> <li>- Erörterung von Turnieranforderungen und Rahmenbedingungen</li> <li>- Eine kleine Gruppe (ca. 3 SuS) als Turnierleitung. Die Turnierleitung delegiert Aufgaben. Die einzelnen Klassen stimmen Vorhaben und Planung ab.</li> </ul>	<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Blitzlicht zu Turnieranforderungen und Rahmenbedingungen</li> <li>- Turnierleiter wählen</li> <li>- Ab hier zieht sich die Lehrperson zurück und fungiert als zurückhaltender Berater</li> <li>- Planungszeit für Turnierleitung</li> <li>- Aufgabenverteilung durch Turnierleitung</li> <li>- Jede Mannschaft (Klasse) stellt einen Schiedsrichter</li> <li>- Festlegung von Spielgruppen durch Turnierleitung</li> <li>- Spielphasen zur Auflockerung der Planungsarbeit und der Nähe zum Arbeitsgegenstand</li> <li>- Vom Einfachen zum Komplexen: von der klasseninternen Turniererprobung zur klassenübergreifenden Turniererprobung</li> </ul>	<p><b>Gegenstände / Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielplan</li> <li>- Regelwerk</li> <li>- Schiedsrichteraufgaben &amp; Schiedsrichterzeichen (wenn möglich passive SuS)</li> </ul>	<p><b>Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung</b></p> <p><u>unterrichtsbegleitend</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Engagement aller Beteiligten an der Turnierplanung</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schriftliche Planung (Mindmap, Listen, Timetable, Spielplan,..)</li> <li>- Feedbackrunden zum Planungszwischenstand und der Aufgabenverteilung (Logineo/ Dropbox)</li> <li>- Ablauf des Testturniers</li> <li>- Spielfähigkeit in Praxisphasen)</li> </ul> <p><u>Kriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Planungstiefe</li> <li>- Organisationsgrad</li> <li>- Individual- &amp; mannschaftstaktisches Handlungsrepertoire</li> <li>- Zielgenauigkeit</li> </ul>
<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mindmap</li> <li>- Timetable</li> </ul>			