Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I

Inhaltsverzeichnis **Seite**

1. Einleitung **3**

2. Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben **4**

3. Kompetenzbereiche **4**

3.1 Übersicht über Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern **6**

Erwartungen im BF 1: *„Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“* 6

Erwartungen im BF 2: *„Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“* 7

Erwartungen im BF 3: *„Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“* 8

Erwartungen im BF 4: *„Bewegen im Wasser - Schwimmen“* 9

Erwartungen im BF 5: *„Bewegen an Geräten - Turnen“* 10

Erwartungen im BF 6: *„Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“* 11

Erwartungen im BF 7: *„Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“* 12

Erwartungen im BF 8: *„Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport S* 143

Erwartungen im BF 9: *„Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport“* 14

3.2. **Inhaltsfelder** **165**

3.3. **Bewegungsfelder und Sportbereiche** 18

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 1: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen* 233

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 2: *Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen* 244

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 3: *Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik* ... 24

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 4: *Bewegen im Wasser - Schwimmen* 266

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 5: *Bewegen an Geräten - Turnen* 277

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 6: *Gestalten, Tanze, Darstellen – Gymnastik/Tanz,Bewegungskünste* 288

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 7: *Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele* 299

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 8: *Gleiten, Fahren, Rollen – Rollen, Bootssport, Wintersport* 30

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 9: *Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport* 31

4. **Unterrichtsvorhaben und Planungskarten für alle Jahrgangsstufen** 33

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (5) 33

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (6) 634

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (7) 90

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (8) 116

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (9) 139

5. Leistung und Ihre Bewertung - Leistungskonzept 167

6. Operatoren **171**

1. Einleitung

Auf Grundlage des Kernlehrplans Sport der Sekundarstufe I wurde zur Sicherung des Kompetenzerwerbs in den Kompetenzstufen ein schulinterner Lehrplan erstellt. Dazu wurde die Obligatorik der Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I festgelegt und ein Übersichtsraster über die Unterrichtsvorhaben erstellt. Die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche sind jeweils farbig markiert, so dass die Zugehörigkeit der UV zu den Bewegungsfeldern und Sportbereichen erkennbar sind. Die Unterrichtsvorhaben sind für die jeweilige Jahrgangsstufe festgelegt und verbindlich, auf der Grundlage der leitenden pädagogischen Perspektiven.

Der schulinterne Lehrplan für das Fach Sport der Sekundarstufe I bezieht sich auf die Vorgaben des Ministeriums für Schule und Weiterbildung, Wissenschaft und Forschung des Landes Nordrhein-Westfalen (MSWWF).

http://www.standardsicherung.schulministerium.nrw.de/lehrplaene/kernlehrplaene-seki/gymnasium-g8/sport/hinweise-und-beispiele-sport/schulinterner-lehrplan-sport.html

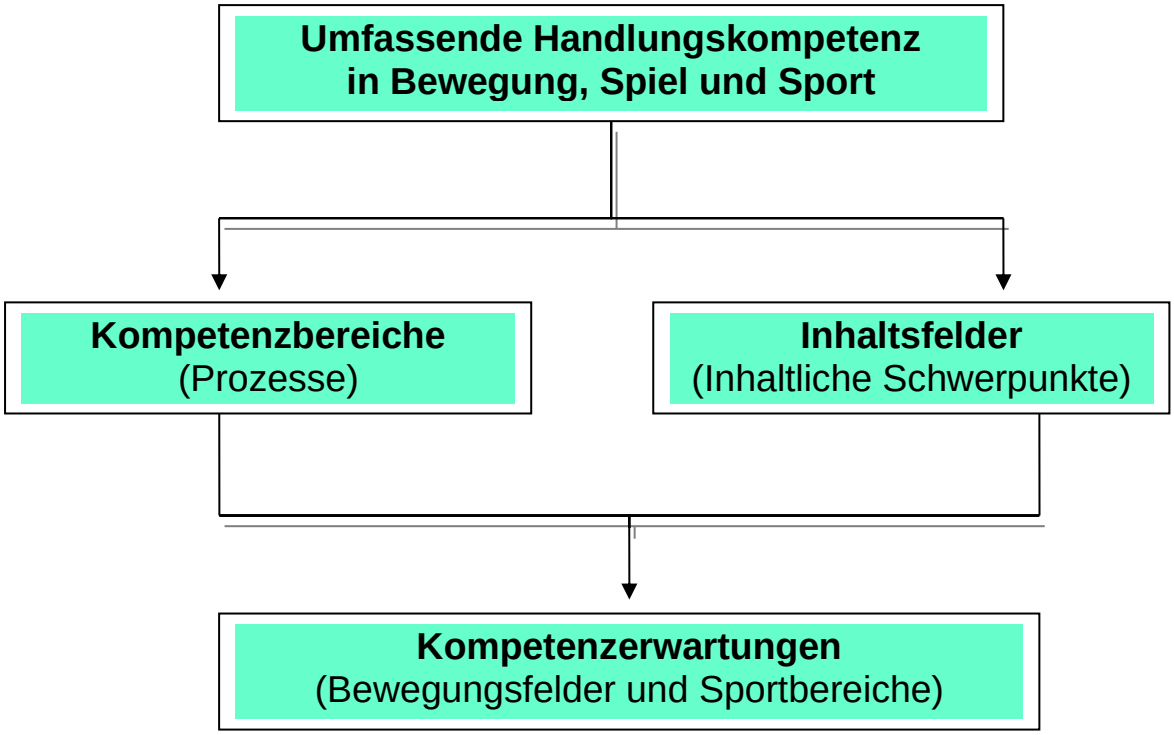
2. Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben

Für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche wurden Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungs-, Methoden-, und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltfeldern ermöglicht.

Für einen besseren Überblick wird kurz auf die Kompetenzbereiche, Inhaltsfelder und Bewegungsfelder / Sportbereiche eingegangen.

3. Kompetenzbereiche

Im Lehrplan wird in den „Aufgaben und Zielen des Faches“ die umfassende Handlungskompetenz im Sport formuliert und durch die folgenden Bereiche ausdifferenziert:



Die umfassende Handlungskompetenz in Bewegung, Spiel und Sport wird fachlich durch die folgenden Kompetenzbereiche strukturiert, die die zu erreichenden Kompetenzen bei den Schülerinnen und Schülern handlungs-und prozessbezogen bündeln:

- Bewegungs-und Wahrnehmungskompetenz
- Methodenkompetenz
- Urteilskompetenz

Dabei bildet die Bewegungs-und Wahrnehmungskompetenz den fachlichen Kern der Kompetenzentwicklung und jeweils den Ausgangspunkt für die Entfaltung der Methoden-und Urteilskompetenz.

3.1 Übersicht über Kompetenzerwartungen in den Bewegungsfeldern

Erwartungen im BF 1: „Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern. (6 BWK 1.1) • in sportbezogenen Anforderungssituationen psycho-physischer Leistungsfähigkeit (z. B. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit, Koordination, Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen in Spiel-, Leistungs- und Kooperationsformen nachweisen und grundlegend beschreiben. (6 BWK 1.2) • eine grundlegende Entspannungstechnik (z. B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben. (6 BWK 1.3)	• sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen. (9 BWK 1.1) • ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen. (9 BWK 1.2) • eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben. (9 BWK 1.3)
Methodenkompetenz	• allgemeine Aufwärmprinzipien allein und in der Gruppe anwenden. (6 MK 1.1)	• einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten. (9 MK 1.1) • grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen. (9 MK 1.2)
Urteilskompetenz	• ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter vorgegebener Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen. (6 UK 1.1)	• ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen. (9 UK 1.1) • gesundheitlich vertretbare und gesundheitlich fragwürdige Körperideale und Verhaltensweisen beurteilen. (9 UK 1.2)

Erwartungen im BF 2: „Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten situationsgerecht in kleinen Spielen anwenden. (6 BWK 2.1) • kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern. (6 BWK 2.2) • kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbstständig spielen und situationsbezogen an veränderte Rahmenbedingungen anpassen. (6 BWK 2.3)	• spielübergreifende technisch- koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiter entwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden. (9 BWK 2.1) • in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln. (9 BWK 2.2) • Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen. (9 BWK 2.3)
Methodenkompetenz	• einfache Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (z. B. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und verändern. (6 MK 2.1)	• Bewegungsspiele bezogen auf unterschiedliche Rahmenbedingungen (u. a. Spielidee, Spielregel, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortlich durchführen und zielgerichtet verändern. (9 MK 2.1)
Urteilskompetenz	• Rahmenbedingungen hinsichtlich ihrer Eignung für die Organisation und Durchführung kleiner Spiele für sich und andere sicher bewerten. (6 UK 2.1)	• Bewegungsspiele – auch aus anderen Kulturen – hinsichtlich ihrer Werte, Normen, inhaltlichen Schwerpunkte, Aufgaben und Ziele beurteilen. (UK 2.1)

Erwartungen im BF 3: „Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf-ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen. (6 BWK 3.1) • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau individuell oder teamorientiert sowie spiel- und leistungsbezogen ausführen. (6 BWK 3.2) • beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben. (6 BWK 3.3) • einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen. (6 BWK 3.4)	• LA-Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch- koordinativen Fertigkeitsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern. (9 BWK 3.1) • eine neu erlernte LA- Disziplin (z. B. Hochsprung, Kugelstoßen) in der Grobform ausführen. (9 BWK 3.2) • beim Laufen eine Langzeitausdauerleitung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen und einzelne Belastungsgrößen beim Ausdauertraining benennen sowie Auswirkungen auf die Gesundheit beschreiben. (9 BWK 3.3) • einen weiteren LA- Mehrkampf (z. B. Biathlon, Triathlon) einzeln oder in der Mannschaft unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen. (9 BWK 3.4)
Methodenkompetenz	• leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen. (6 MK 3.1) • grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden. (6 MK 3.2)	• leichtathletische Wettkampfregeln erläutern und gemeinsam einen leichtathletischen Mehrkampf für die eigene Lerngruppe organisieren sowie dessen Umsetzung auswerten. (9 MK 3.1) • selbstständig für die Verbesserung der leichtathletischen Leistungsfähigkeit üben und trainieren sowie den Leistungszuwachs (z. B. tabellarisch, grafisch) erfassen. (9 MK 3.2)
Urteilskompetenz	• die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen. (6 UK 3.1) • die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen. (6 UK 3.2)	• die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit für die Durchführung eines leichtathletischen Wettkampfes beurteilen. (9 UK 3.1)

Erwartungen im BF 4: „Bewegen im Wasser - Schwimmen“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen. (6 BWK 4.1) • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen. (6 BWK 4.2) • eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. (6 BWK 4.3) • das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen. (6 BWK 4.4)	• technisch- koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden. (9 BWK 4.1) • eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern. (9 BWK 4.2) • eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen. (9 BWK 4.3) • Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden. (9 BWK 4.4)
Methodenkompetenz	• einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (6 MK 4.1) • Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. (6 MK 4.2)	• grundlegende Merkmale ausdauernden Schwimmens erläutern und sich auf eine zu erbringende leistungs- oder gesundheitsbezogene Ausdauerfähigkeit beim Schwimmen selbstständig vorbereiten. (9 MK 4.1)
Urteilskompetenz	• Verhaltensweisen am und im Wasser unter sicherheits- und gesundheitsbezogenen Aspekten beurteilen. (6 UK 4.1)	• die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen. (9 UK 4.1)

Erwartungen im BF 5: „Bewegen an Geräten - Turnen“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• eine für das Turnen grundlegende Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten. (6 BWK 5.1) • technisch-koordinative und ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen (z. B. Rollen, Stützen, Balancieren, Springen, Hängen, Schwingen) bewältigen und ihre zentralen Merkmale beschreiben. (6 BWK 5.2) • am Boden, Sprunggerät, Reck oder Barren, Bank oder Balken in der Grobform spielerisch oder leistungsbezogen rollen, stützen, balancieren, springen, hängen und schwingen sowie Bewegungsfertigkeiten an Turngeräten oder Gerätekombinationen verbinden. (6 BWK 5.3) • in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden. (6 BWK 5.4)	• an Turngeräten (u.a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden. (9 BWK 5.1) • an individuelle Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- + Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen. (9 BWK 5.2) • eine turnerische/akrobatische Gruppengestaltung kooperationsorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen. (9 BWK 5.3) • zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern. (9 BWK 5.4)
Methodenkompetenz	• Turngeräte sicher auf- und abbauen, den Unterrichts- und Übungsprozess beim Turnen durch sicherheitsbewusstes Verhalten aufrechterhalten sowie kooperativ beim Bewegen an Geräten Hilfen geben. (6 MK 5.1) • sich in turnerischen Lern- und Übungsprozessen auf fachsprachlich grundlegendem Niveau verständigen. (6 MK 5.2)	• In Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert und sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Übungs- und Lernprozess übernehmen. (9 MK 5.1) • Bewegungsgestaltungen und -kombinationen zusammenstellen und präsentieren. (9 MK 5.2) • sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situations-angemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern. (9 MK 5.3)

Urteilskompetenz	• turnerische Präsentationen einschätzen und nach ausgewählten Kriterien (z. B. Schwierigkeit, Ausführungsqualität) bewerten. (6 UK 5.1)	• Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen. (9 UK 5.1) • eine Präsentation – allein oder in der Gruppe – nach ausgewählten Kriterien bewerten. (9 UK 5.2)

Erwartungen im BF 6: „Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben. (6 BWK 6.1) • grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden. (6 BWK 6.2) • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben. (6 BWK 6.3)	• ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – strukturgerecht ausführen und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern. (9 BWK 6.1) • in eigenen Bewegungsgestaltungen erweiterte Merkmale von Bewegungsqualität (z. B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsdynamik, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung) – auch in der Gruppe – anwenden und zielgerichtet variieren. (9 BWK 6.2) • Objekte oder Materialien in das ästhetisch-gestalterische Bewegungshandeln integrieren. (9 BWK 6.3) • eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern. (9 BWK 6.4)
Methodenkompetenz	• durch zielgerichtetes Erproben und Experimentieren einfache Bewegungs- oder Gestaltungsaufgaben lösen. (6 MK 6.1) • einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen präsentieren. (6 MK 6.2)	• 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. (9 BWK 6.1)

Urteilskompetenz	• einfache ästhetisch-gestalterische Präsentationen nach ausgewählten Kriterien bewerten. (6 UK 6.1)	• die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen. (9 UK 6.1) • bewegungsbezogene Klischees (u. a. Geschlechterrollen) in diesem Bewegungsfeld beurteilen. (9 UK 6.2)

Erwartungen im BF 7: „Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern. (6 BWK 7.1) • sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern taktisch angemessen verhalten. (6 BWK 7.2) • grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären. (6 BWK 7.3) • ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen. (6 BWK 7.4)	• sportspielspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen sowie im Spiel technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen agieren. (9 BWK 7.1) • das jeweils ausgewählte große Mannschafts- und Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau regelgerecht und situativ angemessen sowie fair und mannschaftsdienlich spielen sowie dabei jeweils spielspezifisch wichtige Bedingungen für erfolgreiches Spielen erläutern. (9 BWK 7.2) • konstitutive, strategische und moralische Regeln grundlegend unterscheiden, Funktionen von Regeln benennen und Regelveränderungen gezielt anwenden. (9 BWK 7.3)
Methodenkompetenz	• einfache grafische Darstellungen von Spielsituationen erklären und in der Praxis anwenden. (6 MK 7.1) • grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. (6 MK 7.2)	• Abbildungen von Spielsituationen (z. B. Foto, Film) erläutern. (9 MK 7.1) • spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden. (9 MK 7.2) • Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen. (9 MK 7.3)

Urteilskompetenz	• Spielsituationen anhand ausgewählter Kriterien (z. B. Spielidee, Regeln, Vereinbarungen) beurteilen. (6 UK 7.1)	• die Bewältigung von Handlungssituationen im Spiel kriteriengeleitet bewerten sowie die individuelle Spielfähigkeit beurteilen. (9 UK 7.1) • den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen. (9 UK 7.2)

Erwartungen im BF 8: „Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport"		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen. (6 BWK 8.1) • Bewegungsabläufe beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen. (6 BWK 8.2)	• sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern. (9 BWK 8.1) • technisch-koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern. (9 BWK 8.2)
Methodenkompetenz	• grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten. (6 MK 8.1)	• beim Gleiten oder Fahren oder Rollen allein und in der Gruppe sportspezifische Vereinbarungen (z. B. Pistenregeln, Aufstellungsformen beim Skilaufen, Ruderkommandos, Straßenverkehrsregeln) erläutern und anwenden. (9 MK 8.1)

Urteilskompetenz	• Gefahrenmomente beim Gleiten oder Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen. (6 UK 8.1)	• die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen. (9 UK 8.1) • Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen. (9 UK 8.2)

Erwartungen im BF 9: „Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport“		
Kompetenzbereiche	**Kompetenzerwartungen Ende 6**	**Kompetenzerwartungen Ende 9**
Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz	• normungebunden mit- und gegeneinander kämpfen und sich auf die individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner einstellen. (6 BWK 9.1) • sich regelgerecht und fair in Kampfsituationen verhalten und grundlegende Regeln dafür erläutern. (6 BWK 9.2)	• grundlegende technisch- koordinative Fertigkeiten (z. B. Techniken zum Fallen, Halten und Befreien) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z. B. Ausweichen, Blocken, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen anwenden und in ihrer Funktion erläutern. (9 BWK 9.1) • mit Risiko und Wagnis beim Kämpfen situationsangepasst umgehen sowie regelgerecht und fair miteinander kämpfen. (6 BWK 9.1)
Methodenkompetenz	• grundlegende Regeln, Strategien und Verfahren in Kampfsituationen zielgerichtet anwenden. (6 MK 9.1) • durch kooperatives Verhalten der Partnerin bzw. dem Partner beim Erlernen von Techniken zum Erfolg verhelfen. (6 MK 9.2)	• Regeln für chancengleiches und faires Miteinander im Zweikampf erstellen und einen Zweikampf nach festgelegten Regeln leiten. (9 MK 9.1) • kriteriengeleitetes Partnerfeedback im Übungs- und Zweikampfprozess geben. (9 UK 9.2)
Urteilskompetenz	• einfache Kampfsituationen hinsichtlich der Einhaltung von Vereinbarungen und Regeln bewerten. (6 UK 9.1)	• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in Zweikampfsituationen beurteilen. (9 UK 9.1) • Eigeninitiative und faires Verhalten beim Zweikämpfen beurteilen. (9 UK 9.2)

3.2. Inhaltsfelder

Die Kompetenzen sind immer an fachliche Inhalte gebunden. Die nachfolgenden obligatorischen sechs Inhaltsfelder markieren bewegungsfeldübergreifende und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte.

Durch diese werden jeweils die zentralen fachlichen Gegenstände strukturiert und festgelegt. Sie sind in enger Anbindung an das Bewegungshandeln in einem stetigen Praxis-Theorie-Verbund im Sportunterricht zu vermitteln und werden in den Kompetenzerwartungen differenziert aufgegriffen:

	Inhaltsfelder	Inhaltliche Schwerpunkte
a	**Bewegungsstruktur und Bewegungslernen**	• Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen • Bewegungsstrukturen und grundlegende Aspekte motorischen Lernens
b	**Bewegungsgestaltung**	• Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) • Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) • Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte
c	**Wagnis und Verantwortung**	• Spannung und Risiko • Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) • Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung und -minderung

d	**Leistung**	• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u.a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) • Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) • Differenziertes Leistungsverständnis (z.B. relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung)
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)
f	**Gesundheit**	• Unfall- und Verletzungsprophylaxe • Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen des Sporttreibens • unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive

Die Inhaltlichen Schwerpunkte der jeweiligen Inhaltsfelder verkörpern die Inhalte der Pädagogischen Perspektiven und sind inhaltlich dementsprechend analog zu den Pädagogischen Perspektiven zu verstehen.

- Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern (A)
- Sich körperlich ausdrücken, Bewegungen 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)

3.3. Bewegungsfelder und Sportbereiche

Auf der Basis der Rahmenvorgaben werden die verbindlichen inhaltlichen Kerne in den einzelnen Bewegungsfeldern und Sportbereichen vorgegeben.

	Bewegungsfelder und Sportbereiche	**Inhaltliche Kerne**
1	***Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen***	• Auf- und Abwärmen • Fitness- und Konditionstraining • Funktionsgymnastik, Haltungsaufbau (z.B. Rückenschule), Entspannungsmethoden
2	***Das Spielen entdecken und***	• Kleine Spiele und Pausenspiele

	Spielräume nutzen	• Spiele aus anderen Kulturen • Spielangebote im Umfeld der Schule und in unterschiedlichen Umgebungsräumen
3	***Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik***	• grundlegende leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weit- und Hochsprung, Wurf und Stoß) • Formen ausdauernden Laufens • leichtathletischer Mehrkampf
4	***Bewegen im Wasser – Schwimmen***	• grundlegende Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende • ausdauerndes Schwimmen • Wasserspringen, Tauchen, Rettungsschwimmen
5	***Bewegen an Geräten – Turnen***	• Turnen an Geräten (Bank oder Balken, Barren oder Reck, Boden, Sprunggerät) • Turnen an Gerätebahnen oder -kombinationen • Akrobatik

6	***Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste***	• Gymnastik mit und ohne Handgerät (z. B. Seil, Ball, Reifen, Gymnastikband) • Gymnastik mit Materialien (z. B. Plastiksäcke, Luftballons, Folien, Tücher) oder mit Objekten (z. B. Besen, Stühle, Schirme) • Fitnessgymnastik (z. B. Rope-Skipping, Step-Aerobic) • Pantomime oder Bewegungstheater oder Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen (z. B. Volkstanz, Standardtanz, Hip-Hop) oder Jonglage
7	***Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele***	• Mannschaftsspiele (z. B. Basketball, Fußball, Handball, Hockey, Volleyball) • Partnerspiele (z. B. Badminton oder Tennis oder Tischtennis)
8	***Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport***	• Fortbewegung auf Rädern und Rollen (z. B. Fahrradfahren, Rollschuhlaufen, InlineSkating) oder Gleiten auf dem Wasser (z. B. Rudern, Kanufahren, Surfen, Segeln) oder Gleiten auf Schnee und Eis (z. B. Skifahren und

		Skilaufen, Snowboard fahren, Eislaufen und Eisschnelllauf)
9	***Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport***	• normungebundene Kampfformen oder Zweikampfformen mit direktem Körperkontakt (z. B. Ringen, Judo) oder Zweikampfformen mit Gerät (z. B. Fechten) Hinweis: Kampfsportarten, deren Handlungsziel es ist, den Beteiligten Schmerzen zuzufügen oder sie gar zu verletzen, widersprechen dem pädagogischen Auftrag und stellen keine Schulsportarten dar

Für eine bessere Übersicht werden die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen Unterrichtsvorhaben zu Grunde liegen mit unterschiedlichen Farben markiert.

1. Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen

2. Das spielen entdecken und Spielräume nutzen

3. Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

4. Bewegungen im Wasser – Schwimmen

5. Bewegen an Geräten – Turnen

6. Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste

7. Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

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

9. Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 1: *Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen*

Jahrgangsstufen 5 / 6

1. Miteinander und gegeneinander anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive, Ballspiele, Geschicklichkeitsspiele, Lauf- und Staffelspiele

17. Aufwärmen, spielen, entspannen“ – spielerisch verschiedene Aufwärm- und Entspannungstechniken kennen lernen

Jahrgangsstufen 7 - 9

30. „Wie Fit bin ich?“ – Erstellung eines Fitnessparcours und Grundprinzipien des Trainings kennenlernen und anwenden

36. „Richtiges Aufwärmen will gekonnt sein“ – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf vielseitige sportliche Anforderungen funktional vorbereiten

47. „Wie werde ich besser?“ – seine Fitness testen und Trainingsprinzipien vertiefen sowie Entspannungstechniken kennenlernen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
1	1	A D	6	1.2		1.1	1, 2			1		
17	1	A F	4	1.1, 1.3	1.1		1, 2					1
Ende Jahrgangsstufe 9												
30	1	ADF	6	1.2., 1.3	1.1, 1.2	1.1	2, 3			1, 2		
36	1	A F	6	1.1, 1.2	1.1, 1.2	1.1, 1.2	1, 2					2, 3
47	1	ADF	6	1.2, 1.3	1.1, 1.2	1.1, 1.2		1, 2		1, 2		2, 3

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Jahrgangsstufen 5 / 6

2. Eigene Spiele machen am meisten Spaß – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen und Spiele sinnvoll variieren

Jahrgangsstufen 7 - 9

29. „Neue Spiele kennenlernen“ – Die Grundideen und Strukturen im Flagfootball sowie im Ultimate Frisbee analysieren und vergleichen

39. Spielräume clever nutzen – Fertigkeitsorientierte Ballschulung im Badminton unter individual- und gruppentaktischen Aspekten

46. „Kultsportart aus einem anderen Land“ – Baseball spielen und verstehen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
2	2	E F	10	2.2, 2.3	2.1	2.1					2, 3, 4	1
Ende Jahrgangsstufe 9												
29	2	ACE	10	2.1, 2.3	2.1	2.1	1	1, 2			1, 2, 3, 4	
39	2	A E	10	2.1, 2.2	2.1	2.1	1, 2, 3	2				
46	2	A E	10	2.2, 2.3	2.1	2.1	1				1, 2, 3, 4	

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 3: *Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik*

Jahrgangsstufen 5 / 6

5. Weiter, höher, schneller – Dreikampf (Werfen, Springen, Laufen) in seiner Vielfalt anwenden

15. „Laufen, Werfen, Springen in seiner Vielfalt anwenden“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten

18. „Mit Freude laufen ohne aus der Puste zu sein“ – ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können

Jahrgangsstufen 7 - 9

28. „Lauf, Sprung, Stoß“ – Das Kugelstoßen in seiner Grobform erlernen und bereits bekannte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem Niveau ausführen

40. „Hoch springen“ – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen und die eigene Leistung im Hinblick auf einen Wettkampf beurteilen

42. „Leichtathletisch mehrkämpfen“ – einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf angemessen durchführen

48. „Fit und gesund“ – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
5	3	A B	18	3.1, 3.2	3.1		1, 2, 3	1, 2				
15	3	A D	12	3.4	3.2	3.2	1, 3			1, 2, 3		
18	3	ADF	6	33		3.1	1			1, 2, 3		2
Ende Jahrgangsstufe 9												
28	3	A B	8	3.1, 3.2	3.2		1, 2, 3	2				
40	3	A B	6	.3.2	3.1	3.1	1, 2, 3					
42	3	A D	10	3.4			1, 2			2, 3		
48	3	A F	6	3.3			1					1, 2, 3

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 4: *Bewegen im Wasser - Schwimmen*

Jahrgangsstufen 5 / 6

7. Wasserbewältigung für ein besseres Bewegungsgefühl – Grundlegende Erfahrungen im Wasser sammeln als Voraussetzung für sicheres Schwimmen
8. Sich im Wasser fortbewegen – Erarbeitung verschiedener Schwimmtechniken mit dem Ziel die eigene Wassersicherheit zu verbessern und ausdauernd zu Schwimmen
9. Vielfältiges Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen
10. Wasserspringen ohne Angst – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen kennenlernen
11. Fit für das Wasser – in einer gewählt. Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen

Jahrgangsstufen 7 - 9

21. „Schwimmen wie ein Goldfisch“ – Erlernen der Grundlegenden Schwimmtechniken „Brust“ / „Kraul“ / “Rücken“ und Verbesserung der Atemtechnik
22. Maßnahmen zur Fremd- und Selbstrettung – Gefahren im Wasser sicher begegnen und bewältigen
23. Sich Ausdauerziele setzten – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können, sowie ausdauern die Luft anhalten
24. „Gut und schnell vom Block kommen“ – einen Kopf- und Startsprung in seinen Grundfertigkeiten erlernen
25. „Schwimmen wie ein Profi“ – mit einer Wechselzug- und Gleitzugtechnik incl. Start und Wende sicher Schwimmen können

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
7	4	A	6	4.1	4.1	4.1	1, 2					
8	4	A	18	4.1, 4.2	4.1, 4.2		1, 2, 3					
9	4	A C	6	4.1, 4.4	4.1, 4.2	4.1	1,		1, 2, 3			
10	4	A C	4	4.1, 4.4	4.1, 4.2	4.1	1, 3		1, 2, 3			
11	4	D F	4	4.3	4.1	4.1				1, 2, 3		2, 3

Ende Jahrgangsstufe 9												
21	4	A	18	4.1, 4.2,	4.1	4.1	1, 2, 3					
22	4	AF	4	4.1, 4.4	4.1	4.1	1					1, 2, 3
23	4	F D	8	4.1, 4.3	4.1	4.1				1, 2		2, 3
24	4	A C	4	4.1, 4.2	4.1	4.1	1		1, 2, 3			
25	4	A D	6	4.1, 4.2	4.1	4.1	1, 2, 3			1, 2		

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 5: *Bewegen an Geräten - Turnen*

Jahrgangsstufen 5 / 6

3. Bodenturnen– grundlegende Bewegungsfertigkeiten (Rolle, Handstand, Rad) am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen
13. Sicher Schwingen, Stützen, Springen – Aufbau turnerischer Grundfertigkeiten an verschiedenen Turngeräten
20. Akrobatische Bewegungskünste – Grundfertigkeiten des Pyramidenbaus erfahren und kreativ umsetzten

Jahrgangsstufen 7 - 9

31. „Hoch hinaus“ – Erfahrungen mit dem (Mini-)Trampolin und dabei einen bewussten Umgang mit Risiko und Wagnis sammeln
43. Le Parcours – Wagnisreiche Situationen erleben und einschätzen
44.

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
3	5	A B	12	5.1, .5.2, 5.3, 5.4	5.1, 5.2	5.1	1, 3,	1				
13	5	A C	12	5.1, 5.2, 5.3, 5.4	5.1, 5.2	5.1	1, 2		2, 3			
20	5	A B	6	5.1, 5.4	5.1, 5.2	5.1	1, 2, 3	1, 2, 3				

Ende Jahrgangsstufe 9												
31	5	C D	8	5.1, 5.2, 5 4	5.1, 5.3	5.1			1, 2, 3	1, 2		
43	5	C	12	5.3	5.2	5.2			1, 2, 3			

<u>Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 6: *Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz*</u>

Jahrgangsstufen 5 / 6

16. „Hip-Hop, Breakdance und Co“ – Jonglage, Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzten

Jahrgangsstufen 7 - 9

27. „Fit in Form“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen
34. Step-Aerobic – gemeinsam Musik in Rhythmus umsetzten und eine Gruppengestaltung erarbeiten
45. Kunststücke mit dem Seil/Ball oder anderen Handgeräten – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
16	6	BEF	12	6.1, 6.2, 6.3	6.1, 6.2	6.1		1, 2, 3			1, 2	3
Ende Jahrgangsstufe 9												
27	6	B A	8	6.2, 6.4	6.1		2	1, 2				
34	6	A B	10	6.1, 6.2, 6.4	6.1	6.1,6.2	1, 2, 3	1, 2, 3				
45	6	B	12	6.1, 6.2, 6.3	6.1	6.1, 6.2		1, 2				

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 7: *Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele*

Jahrgangsstufen 5 / 6

4. Ich kann im Team spielen – Verschiedene Ballsportarten in der Mannschaft kennenlernen und regelgeleitet bewältigen
6. „Start ins Fußballspiel“ - Erlernen von Basistechniken des Fußballspiels und deren Erprobung in einfachen Spielstrukturen
12. Vom Turmball zum Basketball“ – Anwendung von Spielregeln in komplexer werdenden Spielstrukturen
19. „Miteinander und gegeneinander spielen lernen – Einfache Aufgaben im Partnerspiel Badminton technisch und taktisch sicher und regelgerecht bewältigen“

Jahrgangsstufen 7 - 9

26. „Fähigkeitsorientiere Ballschulung“ – Erprobung verschiedener spieltaktischer Spielzüge und Spielsysteme im Fußball
33. „Wir wollen gewinnen“ – Badminton regelkonform sowie individual, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen
35. „Fußball spielen kann jeder“ – exemplarische Spiel- und Übungssituationen zur Verbesserung der Grundtechniken
37. Erlernen von Grundtechniken im Volleyball – Annäherung an das Zielspiel auf dem Klein- und Großfeld
38. Wir planen ein Turnier – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren
41. „Spielen wie die Profis“ – Fußball regelkonform sowie individual, gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen spielen
49. Handball ohne Angst – Erlernen und oder Vertiefen von Grundtechniken im Handball

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
4	7	D E	10	7.2, 7.3, 7.4	7.2	7.1				1	1, 2, 3	
6	7	A E	12	7.1, 7.3, 7.4	7.1, 7.2	7.1				3	1, 2, 3, 4	
12	7	D E	10	7.1, 7.2, 7.3,	7.1, 7.2	7.1				3	1, 2, 3	
19	7	A E	18	7.1, 7.3	7.1, 7.2	7.1, 7.2	1, 3				1, 2, 3, 4	
Ende Jahrgangsstufe 9												
26	7	E D	8	7.1, 7.2, 7.3	7.1, 7.2	7.1				3	1, 2, 3	
33	7	D E	8	7.1, 7.2, 7.3	7.1, 7.2	7.1, 7.2				1, 2	1, 2, 3	
35	7	D E	8	7.1, 7.2	7.1, 7.2	7.1, 7.2				1,	1, 2, 3	
37	7	A E	12	7.1, 7.3	7.1, 7.2	7.1,7 2	1, 2, 3				1, 3	
38	7	E	8	7.1, 7.3	7.2, 7.3	7.2					1, 2, 3, 4	
41	7	E	10	7.1, 7.2, 7.3	7.1, 7.3	7.1, 7.2					1, 2, 3, 4	
49	7	E C	10	7.1, 7.3	7.1, 7.2	7.1, 7.2			1		1, 3	

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 8: *Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport*

Jahrgangsstufen 5 / 6

50. Erfahrungen im Schnee – beim Skifahren Bewegungsräume vielfältig nutzen und Herausforderungen sicher meistern (**im Rahmen der Ski-AG**, für SuS der Jahrgänge 5 – 10, ggf. mit Helfern aus der Q1)

Jahrgangsstufen 7 - 9

32. Das Gleiten auf dem Eis entdecken – vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern (am Wandertag bzw. Projekttag)
51. Erfahrungen im Schnee – beim Skifahren Bewegungsräume vielfältig nutzen und Herausforderungen sicher meistern **(im Rahmen der Ski-AG**, s. o.)

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
50	8	A C	30	8.1, 8.2	8.1	8.1						
Ende Jahrgangsstufe 9												
32	8	A C	4	8.1, 8.2	8.1	8.1	1		1, 2, 3			
51	8	A C	30	8.1, 8.2	8.1	8.1, 8.2						

Übersichtsliste zum Bewegungsfeld 9: *Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport*

Jahrgangsstufen 5 / 6

14. „Kräfte sinnvoll einsetzten“ – Kämpfen in der Bodenlage

Jahrgangsstufen 7 - 9

45. Zweikämpfe im Stand – Kontrollierend und kooperierend Werfen und Kämpfen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
Ende Jahrgangsstufe 6												
14	9	A E	10	9.1, 9.2	9.1, 9.2	9.1	9.1				1,3	
Ende Jahrgangsstufe 9												
44	9	E A	10	9.1, 9.2	9.1, 9.2	9.1, 9.2	1, 2, 3				1, 2, 3	

4.Unterrichtsvorhaben und Planungskarten für alle Jahrgangsstufen

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (5)

Obligatorik: 106 Stunden / Freiraum: 14 Stunden

1. Miteinander und gegeneinander anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Ballspiele, Geschicklichkeitsspiele, Lauf- und Staffelspiele
2. Eigene Spiele machen am meisten Spaß – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen und Spiele sinnvoll variieren
3. Bodenturnen– grundlegende Bewegungsfertigkeiten (Rolle, Handstand, Rad) am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen
4. Ich kann im Team spielen – Verschiedene Ballsportarten in der Mannschaft kennenlernen und regelgeleitet bewältigen (Schwerpunkt Fußball und Basketball)
5. Weiter, höher, schneller – Dreikampf (Werfen, Springen, Laufen) in seiner Vielfalt anwenden
6. „Start ins Fußballspiel“ - Erlernen von Basistechniken des Fußballspiels und deren Erprobung in einfachen Spielstrukturen
7. Wasserbewältigung für ein besseres Bewegungsgefühl – Grundlegende Erfahrungen im Wasser sammeln als Voraussetzung für sicheres Schwimmen
8. Sich im Wasser fortbewegen – Erarbeitung verschiedener Schwimmtechniken mit dem Ziel die eigene Wassersicherheit zu verbessern und ausdauernd zu Schwimmen
9. Vielfältiges Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen
10. Wasserspringen ohne Angst – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen kennenlernen
11. Fit im Wasser – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
1	1	A D	6	1.2		1.1	1.2			1		
2	2	E F	10	2, 3	1	1					2, 3, 4	1
3	5	A B	12	1, 2, 3, 4	1, 2	1	1, 3,	1				
4	7	D E	10	2, 3, 4	2	1				1	1, 2, 3	
5	3	A B	18	1, 2, 3	1, 2	1, 2	1, 2, 3	1, 2				
6	7	A E	12	1, 3, 4	1, 2	1				3	1, 2, 3, 4	
7	4	A	6	1	1, 2	1	1, 2					
8	4	A	18	1, 2	1, 2		1, 2, 3					
9	4	A C	6	1, 4	1, 2	1	1,		1, 2, 3			
10	4	A C	4	1, 4	1, 2	1	1, 3		1, 2, 3			
11	4	D F	4	3	1	1				1, 2, 3		2, 3

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

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	*A D*	*5*	*6*		*1*

Miteinander und gegeneinander anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive Ballspiele, Geschicklichkeitsspiele, Lauf- und Staffelspiele

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.2, 6 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

Urteilskompetenz

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien ansatzweise – auch mit Blick auf Eigenverantwortung – beurteilen.

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

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: BF 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen

Miteinander und ggf. anstrengen und Spaß haben – bewegungsintensive, Ballspiele, Geschicklichkeitsspiele, Lauf – und Staffelspiele

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- die Spielidee unterschiedlicher kleiner Spiele kennen lernen - Spielfertigkeiten (wie Werfen/ Fangen, Ausweichen, Freilaufen, Ziele erreichen, Treffen, sich Erlösen) entwickeln - ausgehend von der Spielidee eine allgemeine Spielfähigkeit entwickeln und taktisch anwenden	- schrittweises Einführen und Verändern von Spielregeln - Mannschafts- und Gruppenbildung z.B. per Los, durch Abzählen, durch Wählen -Variationen Kleiner Spiele durch Regelveränderungen	<u>Gegenstände</u> - Lauf- und Fangspiele (auch auf dem Schulhof) - kleine Spiele mit Bällen und anderen Sportgeräten (z.B. Brennball, Völkerball, Zombieball und andere Kleine Spiele) - kooperative Spiele - Geschicklichkeitsspiele <u>Fachbegriffe</u> - Spielidee - Spielregeln	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatz-, Organisations- und Kooperationsbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - Einhalten von Spielregeln - Umsetzen der Spielidee - angemessenes taktisches Verhalten - miteinander und gegeneinander spielen können <u>punktuell:</u> - ggf. erfolgreich sein beim Völkerballturnier

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	*E F*	*5*	*10*		*2*

Eigene Spiele machen am meisten Spaß – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen und Spiele sinnvoll variieren

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 2.2, 2.3, 6 MK 2.1, 6 UK 2.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- kleine Spiele, Spiele im Gelände, sowie einfache Pausenspiele – auch eigenverantwortlich – fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen sowie entsprechende Kriterien benennen und erläutern (2)
- kleine Spiele gemäß vorgegebener Spielideen und Regeln – orientiert an Raum, Zeit, Spielerinnen und Spielern sowie am Spielmaterial – selbständig spielen und an veränderte Rahmenbedingungen anpassen (3)

Methodenkompetenz:

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

Urteilskompetenz:

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

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

- **soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen, (2)**
- **(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)**
- **Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) (4)**

Gesundheit (f)

- Unfall- und Verletzungsprophylaxe (1)

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

Thema des UV:

Eigene Spiele machen am meisten Spaß- verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen und Spiele sinnvoll variieren

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- erkennen und erleben der Sinnhaftigkeit grundlegender Spielregeln - eigene Spielregeln aufstellen, erproben und vergleichen und ggf. weiterentwickeln - die eigene Spielidee der Klasse vermitteln - kriteriengeleitete Bewertung der erarbeiteten Spielideen - in Mannschaften kooperieren und sich verständigen <u>Fachbegriffe</u>: - Regelkunde	- Erarbeitung und kritische Reflexion bestehender Spielregeln - kriteriengeleitete Erarbeitung und Erprobung eigener kleiner Spiele - Vorstellen, Durchführen und kritische Bewertung durch die anderen Gruppen -Variationen der erarbeiteten kleinen Spiele durch ggf. Regelveränderungen <u>Fachbegriffe</u>: - verschiedene Regelarten (z.B. Punkteregel, Zeitregel usw.)	<u>Gegenstände</u> - Völkerball – und Brennball-varianten - Spiele verbinden und umgestalten - ein neues Spiel erfinden	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - Teamarbeit (auch in Phasen der reflektierten Praxis) <u>Beobachtungskriterien:</u> - Einhalten von selbst aufgestellten Spielregeln - Umsetzen der Spielidee - Spiele nach Vorgaben variieren können - Ähnlichkeiten und Unterschiede in kleinen Spielen benennen können

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen an Geräten – Turnen	*A B*	*5*	*12*		*3*

Bodenturnen– grundlegende Bewegungsfertigkeiten (Rolle, Handstand, Rad) am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 6 MK 5.1, 5.2, 6 UK 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen

Thema des UV:

Bodenturnen- grundlegende Bewegungsfertigkeiten (Rolle, Handstand, Rad) am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen

(12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Erlernen von turnerischen und gymnastischen Elementen am Boden (Rolle vw.- rw., Handstand, Rad) - Bewegungserfahrungen an Turngeräten machen und Herausforderungen annehmen - erlernten Fähigkeiten für die Gestaltung einer Kür nutzen <u>Fachbegriffe</u>: - Gerätnamen - Turnelemente - Hilfestellung	- Stationsbetrieb „Geräteland-schaft" - offene Bewegungsaufgaben - Beobachtungsaufgaben: sich und andere hinsichtlich vorgegebener Kriterien beobachten und bewerten - Kriterien für die Gestaltung einer Kür aufstellen (z.B. Raum, Zeit…) <u>Fachbegriffe</u>: - Beobachtungsbogen - Bewertungskriterien	<u>Gegenstände</u> - Rolle vw.- rw. - Radschlag / Radwende - Handstand, Kopfstand <u>Fachbegriffe</u>: - Körperspannung	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - Verhalten - Kleine Präsentationen <u>Beobachtungskriterien:</u> - verantwortungsbewusster sinnvoller Umgang mit Wagnissituationen - gegenseitige Hilfestellungen (Sicherheitserziehung) - Anstrengungsbereitschaft <u>Punktuell</u>: - Präsentation ausgewählter Elemente: Verbindung von Bodenturnelementen (3 von 4 Elementen technisch korrekt)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*D E*	*5*	*10*		*4*

Ich kann im Team spielen – Verschiedene Ballsportarten in der Mannschaft kennenlernen und regelgeleitet bewältigen (Schwerpunkte: Fußball und Basketball)

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.2, 7.3, 7.4, 6 MK 7.2, 6 UK 7.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- grundlegende spieltypische verbale und nonverbale Kommunikationsformen anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Ich kann im Team spielen – Verschiedene Ballsportarten in der Mannschaft kennen lernen und regelgeleitet bewältigen

Thema des UV:

Ich kann im Team spielen – Verschiedene Ballsportarten in der Mannschaft kennen lernen und regelgeleitet bewältigen

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- ausgehend von der Spielidee zum Fußball (ggf. auch Handball, Volleyball) Spiele kennen lernen - situationsgemäß spielen, sich mit dem Ball im Raum bewegen, den Spielpartner finden, auf den Gegner achten (ggf. den Ball volley spielen) <u>Fachbegriffe</u>: - Regelkunde	- Übungs- und Spielformen mit dem Fußball (ggf. Handball, Volleyball) - unterschiedliche Formen der Mannschaftsbildung <u>Fachbegriffe</u>: - Spielführer, Auswechselspieler, Regeln, Spielidee	<u>Gegenstände</u> - Fußball (ggf. Handball/Volleyball) - Erwerb von Grundfertigkeiten und Verständnis taktischer Zusammenhänge - Räumliche Ordnung kennenlernen - <u>Fachbegriffe</u>: - Freilaufen im Hinblick auf die Zielspiele	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - individueller Leistungsfortschritt, sich einlassen auf Spielsituationen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Erlernen und Beherrschen von Techniken: Dribbeln, Passen, Stoppen, Torschuss (ggf. Werfen) - Spiel auf Kleinfelder (3:3) <u>Punktuell</u>: - Fertigkeitsdemonstration von Techniken (Passen und Stoppen mit dem Partner, Dribbeln mit dem Ball)

			- Zielschießen		
Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A B*	*5*	*18*		*5*

Weiter, höher, schneller – leichtathletische Disziplinen (Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeitsniveau spiel- und leistungsbezogen ausführen und grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten für das Aufwärmen nutzen.

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.1, 3.2, 6 MK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz:

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)
- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und Kriterien (1)
- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen - LeichtathletikThema des UV:

Weiter, höher, schneller – Dreikampf (Werfen, Springen, Laufen) in seiner Vielfalt anwenden

(18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- individuelle anaerobe/aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen erkennen und benennen - Unterschiedliche Formen des Springens und Werfens erproben - Phaseneinteilung der Bewegungsmerkmale beim Werfen/Springen <u>Fachbegriffe</u>: - Bewegungsphasen (z.B. Anlauf-, Absprung-, Flug-, Landungsphase) - anaerob/aerob	- Erproben und experimentieren verschiedener Formen des Laufens, Werfens, Springens - Umsetzung als Wettbewerb (Dreikampf) - Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen zu ausdauerndem Laufen <u>Fachbegriffe</u>: - Selbst/Fremdbeobachtung - Wurfgeräte	<u>Gegenstände</u> - Laufen in Spielformen: Wettlauf, Dauerlauf, Pendellauf - Sprungschulung - Werfen in Spielformen: Ziel-, Wurfspiele, Weitwurf <u>Fachbegriffe</u>: - Lauf/Sprung/Wurf-ABC - Startkommando, Startblock	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Anstrengungsbereitschaft, Durchhaltevermögen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Bewegungsqualität <u>Punktuell</u>: - Vielfältige Wettkämpfe, z.B.: 50/75m-Lauf, Weitsprung aus der Zone, Schlagballweitwurf, Coopertest

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*A E*	*5*	*12*		*6*

„Start ins Fußballspiel" - Erlernen von Basistechniken des Fußballspiels und deren Erprobung in einfachen Spielstrukturen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 7.3, 7.4, 6 MK 7.1, 7.2, 6 UK 7.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (4)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Spielen in und mit Regelstrukturen-Sportspiele

Thema des UV:

„Start ins Fußballspiel“ – Erlernen von Basistechniken des Fußballspiels und deren Erprobung in einfachen Spielstrukturen

(12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Vermittlung der Spielidee durch verschiedene Spiel – und Übungs-formen - situationsgemäß spielen, sich mit dem Ball im Raum bewegen, den Spielpartner finden, auf den Gegner achten - in Mannschaften kooperieren und sich verständigen <u>Fachbegriffe</u>: - Regelkunde - Dribbling	- Dribbeln mit verschiedenen Bällen - Übungs- und Spielformen mit Bas-ketballtechniken (z.B. Passen und Stoppen) - Kleinfeldspiele - Variation der Spielregeln <u>Fachbegriffe</u>: - Spielführer, Auswechselspieler, Regeln, Spielidee	<u>Gegenstände</u> - Erwerb von Grundfertigkei-ten des Basketballspiels - Variationsreiches Dribbeln - Werfen/ Fangen - Auf Ziele werfen <u>Fachbegriffe</u>: - Dribbling - Anbieten und Freilaufen	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - technische Fertigkeiten: Passen, Stoppen, Dribbeln, Werfen <u>Punktuell</u>: - Demonstrieren von gelernten Techniken in einer Kombinations-übung (Passen, Fangen mit dem Partner, Dribbeln mit dem Ball…)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A*	*5*	*6*		*7*

Wasserbewältigung für ein besseres Bewegungsgefühl – Grundlegende Erfahrungen im Wasser sammeln als Voraussetzung für sicheres Schwimmen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.1, 6 MK 4.1, 4.2, 6 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.(1)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

-

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV:

Wasserbewältigung für ein besseres Bewegungsgefühl – Grundlegende Erfahrungen im Wasser sammeln als Voraussetzung für sicheres Schwimmen

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Körperreaktionen auf das Element Wasser situativ wahrnehmen und verarbeiten - Sicherheitsbestimmungen kennen lernen und berücksichtigen <u>Fachbegriffe</u>: - Schwimm- und Baderegeln	- Erproben/Experimentieren unterschiedlicher Stellungen von Körperteilen beim Gleiten - Bewegungsaufgaben zur Wassergewöhnung <u>Fachbegriffe</u>: - Wasserwiderstand - Auftrieb	<u>Gegenstände</u> - Wasserspiele: Wassergewöhnung und Wasserbewältigung - Gleiten und Kontrastgleiten - Auftrieb/Abtrieb - Wasserlage in unterschiedlichen Situationen - Wasserwiderstand erspüren <u>Fachbegriffe</u>:	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - situationsgerechtes Verhalten <u>Beobachtungskriterien:</u> - Sicherheit im Wasser - Kopf unter Wasser bringen - Einhalten der Schwimm- und Baderegeln - Kooperation mit anderen Schülern, Hilfsbereitschaft - Umsetzen koordinativer Fähigkeiten <u>punktuell:</u> - Präsentation zu unterschiedlichen Bewegungsaufgaben

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A*	*5*	*18*		*8*

		- Auftrieb/Abtrieb - Wasserlage, Gleiten	

Sich im Wasser fortbewegen – Erarbeitung verschiedener Schwimmtechniken mit dem Ziel die eigene Wassersicherheit zu verbessern und ausdauernd zu Schwimmen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.1, 4.2, 6 MK 4.1, 4.2,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)
- eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau ausführen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Thema des UV:

Sich im Wasser fortbewegen- Erarbeitung verschiedener Schwimmtechniken mit dem Ziel, die eigene Wassersicherheit zu verbessern und ausdauernd zu schwimmen

(18 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Schwimmtechnik (en) alters- und sachgerecht erlernen, erproben, und individuell verbessern - Gemeinsamkeiten und Unterschiede bei Schwimmstilen herausarbeiten - ausdauerndes Schwimmen trainieren <u>Fachbegriffe</u>: - Merkmale der Schwimmtechniken - Atmung, Wasserlage(n) - Schwimm- und Baderegeln	- methodische Übungsreihe zur Technikeinführung verschiedener Schwimmtechniken und (ggf. Wende) - Erproben und Experimentieren mit unterschiedlichen Schwimmhilfen und in unterschiedlichen Wasserlagen - Erproben, Üben und Trainieren selbstständig und in Gruppen <u>Fachbegriffe</u>	<u>Gegenstände</u> - Kennen lernen bzw. technische Verbesserung der Schwimmarten: - Gleichzugtechnik im Brustschwimmen - Wechselzugtechnik Kraul/ Rückenkraul - Übungen zu den Beinschlagtechniken - Atemtechnik, Wasserlage - ggf. Übungen zur Wende <u>Fachbegriffe</u> - Armzug, Beinzug	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Anforderungen des Schwimmabzeichens (mind. Bronze) anvisieren - Motivation beim Erlernen und selbstständiges Üben der Schwimmdisziplinen <u>punktuell:</u>

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A C*	*5*	*6*		*9*

	- Hilfsmittel (Schwimmbrett, Pullboy …)	- Wende, Anschlag	- Techniküberprüfungen von Brust- Kraul- und Rückenschwimmen

Vielfältiges Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.1, 4.4, 6 MK 4.1, 4.2, 6 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)
- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten.(1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst) (2)
- Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV:

Vielfältiges Tauchen – sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- grundlegende Merkmale der Tauchtechnik erfahren	- Tauchaufgaben nach	Gegenstände - Auftrieb, Absinken, Vortrieb und	unterrichtsbegleitend: - angemessenes Übungs- und

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A C*	*5*	*4*		*10*

- spielerische Tauchaufgaben mit Hilfe von Gegenständen lösen - sicherheits- und gesundheitsbezogene Aspekte/Verhaltensweisen am und im Wasser erarbeiten <u>Fachbegriffe</u> - Schwimmbadblackout - Hyperventilation	Vorgaben z.B. eines Parcours erfüllen - Eigen- und Gruppenverantwortung übernehmen - Strategien zur Handlungssteuerung entwickeln <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - grundlegende Tauchregeln	Rotation - Streckentauchen - Tieftauchen: Tauchen nach verschiedenen Gegenständen - kreative Tauchspiele und Staffeln <u>Fachbegriffe</u> - grundlegende Atemtechniken	Trainingsverhalten <u>Beobachtungskriterien:</u> - Teamgeist und Hilfsbereitschaft zeigen - sich auf Unbekanntes einlassen <u>punktuell:</u> - Tauchaufgaben erfüllen: - Eine vorgegebene Tauchtiefe erreichen - Eine vorgegebene Tauchstrecke bewältigen

Wasserspringen ohne Angst – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen kennenlernen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.1, 4.4, 6 MK 4.1, 4.2, 6 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen, dazu elementare Gesetzmäßigkeiten erläutern sowie grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten beim Schwimmen ausführen (1)
- das Springen und Tauchen in unterschiedlichen Situationen (u. a. Sportschwimmen, Rettungsschwimmen) funktionsgerecht durchführen und dabei Baderegeln und grundlegende Sicherheitsmaßnahmen situationsgerecht umsetzen (4)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (1)
- Strategien zur Steuerung von Emotionen beim Schwimmen, Springen und Tauchen (z. B. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)
- Emotionen (z.B. Freude, Frustration, Angst) (2)
- Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV:

Wasserspringen ohne Angst – durch vielfältige Sprünge seine Grenzen kennen lernen

(4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- durch einfache Sprungaufgaben die zentrale Rolle der Kopfsteuerung herausarbeiten - Bewegungserfahrungen beim Eintauchen und Springen ins Wasser machen: fußwärts ins Wasser springen, kopfwärts ins Wasser springen, sich fallen lassen, ins Wasser rollen	- sicherheitsgerechte Organisationsformen und Regeln - Eigen- und Gruppenverantwortung übernehmen - Strategien zur Handlungssteuerung übernehmen <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - grundlegende Sicherheitsregeln	- Einführung des Startsprungs vom Startblock - Fußsprünge vorwärts und rückwärts - Abfaller aus dem Stand, Kniestand oder dem Sitz zum kopfwärtigen Eintauchen - Kopfsprung mit verschiedenen Beinbewegungen bis zum Eintauchen	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten <u>Beobachtungskriterien:</u> - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - sich auf Unbekanntes einlassen <u>punktuell:</u> - Sprung vom 1m Brett - Technik einzelner Sprünge (Startsprung, Fußsprünge)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*D F*	*5*	*4*		*11*

Fit für das Wasser – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 4.3, 6 MK 4.1, 6 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einen schwimmbadspezifischen Organisationsrahmen und grundlegende Regeln beim Schwimmen, Springen und Tauchen einhalten. (1)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

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

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen

Thema des UV:

Fit für das Wasser – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können

(4 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Mittelzeitausdauer - spielerische Übungsformen und	- selbstständiges Üben und	Gegenstände	unterrichtsbegleitend: - Einsatzbereitschaft

erste Trainingsformen erproben und erfahren - Pulsmessung Fachbegriffe - Herzfrequenz/Puls	Trainieren (allein und in Gruppen) unterschiedlich langer Schwimm-strecken - Durchführung von Staffeln auch auf längeren Distanzen Fachbegriffe/Methodenkompetenz - Ausdauerschulung	- Mittelzeitausdauer in einer belie-bigen Schwimmtechnik ohne Unterbrechung zwischen 400m / 600m schwimmen - individuelle Verbesserung der Schwimmtechnik Fachbegriffe - Wassergefühl/Tempogefühl	Beobachtungskriterien: - Engagement, Motivation und Anstrengungsbereitschaft beim Üben und Trainieren zeigen - Ermüdungswiderstandsfähigkeit zeigen - Angemessene Übungs- und Trainingsverhalten zeigen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist beim gemeinsamen Training zeigen punktuell: - 400 m / 600m schwimmen

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (6)

Obligatorik: 90 Stunden /Freiraum: 30 Stunden

12. Vom Turmball zum Basketball“ – Anwendung von Spielregeln in komplexer werdenden Spielstrukturen
13. Sicher Schwingen, Stützen, Springen – Aufbau turnerischer Grundfertigkeiten an verschiedenen Turngeräten
14. „Kräfte sinnvoll einsetzten“ – Kämpfen in der Bodenlage
15. „Laufen, Werfen, Springen in seiner Vielfalt anwenden“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten
16. „Hip-Hop, Breakdance und Co“ – Jonglage, Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzten
17. Bewegungen sinnvoll koordinieren – spielerisch die Stärken und Schwächen koordinativer Fähigkeiten erkennen und verbessern
18. „Mit Freude laufen ohne aus der Puste zu sein“ – ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können
19. Miteinander und gegeneinander spielen lernen – Einfache Aufgaben im Partnerspiel Badminton technisch und taktisch sicher und regelgerecht bewältigen
20. Akrobatische Bewegungskünste – Grundfertigkeiten des Pyramidenbaus erfahren und kreativ umsetzten

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
12	7	D E	10	1, 2, 3,	1, 2	1				3	1, 2, 3	
13	5	A C	12	1, 2, 3, 4	1, 2	1	1, 2		2, 3			
14	9	A E	10	1, 2	1, 2	1	1				1,3	
15	3	A D	12	1, 2, 3, 4	1, 2	1, 2	1, 3			1, 2, 3		
16	6	BEF	12	1, 2, 3	1, 2	1		1, 2, 3			1, 2	3
17	1	A F	4	1.1, 1.3	1.1		1,2					1
18	3	ADF	6	1, 3	1	1	1			1, 2, 3		2
19	7	A E	18	1, 2, 3,4	1, 2	1	1, 3				1, 2, 3, 4	
20	5	A B	6	1, 4	1, 2	1	1, 2, 3	1, 2, 3				

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

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*D E*	*6*	*10*		*12*

Vom Turmball zum Basketball" – Anwendung von Spielregeln in komplexer werdenden Spielstrukturen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 7.1, 7.2, 7.3, 6 MK 7.1, 7.2, 6 UK 7.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden, benennen und erläutern (1)
- sich in einfachen Handlungssituationen über die Wahrnehmung von Raum und Spielgerät sowie Mitspielerinnen bzw. Mitspielern und Gegnerinnen bzw. Gegnern, taktisch angemessen verhalten (2)
- grundlegende Spielregeln anwenden und ihre Funktion erklären (3)
- ein großes Mannschaftsspiel und ein Partnerspiel in vereinfachten Formen mit und gegeneinander sowie fair und mannschaftsdienlich spielen (4)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

„Vom Turmball zum Basketball - Anwendung von Spielregeln in komplexer werdenden Spielstrukturen." (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- ausgehend von der Spielidee zum Basketball Spiele kennen lernen - situationsgemäß spielen, sich mit dem Ball im Raum bewegen, den Spielpartner finden, auf den Gegner achten <u>Fachbegriffe</u> - Regelkunde	- Dribbeln - Übungs- und Spielformen mit Basketballtechniken - unterschiedliche Formen der Mannschaftsbildung <u>Fachbegriffe</u> - Spielführer, Auswechselspieler, Regeln, Spielidee	<u>Gegenstände</u> - variationsreiches Dribbeln - Passen/Fangen - auf Ziele werfen - kleine Spiele als Vorbereitung insbesondere für Basketball und (Zehnerball, Brettball, Turmball) <u>Fachbegriffe</u> - regelgerechtes Dribbeln re und li - Freilaufen im Hinblick auf die Zielspiele	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - persönlicher Leistungsfortschritt - sich einlassen auf Spielsituationen, kooperieren <u>Beobachtungskriterien:</u> - Beherrschen und Entwickeln von Techniken <u>punktuell:</u> - Demonstrieren von Techniken (Passen/Fangen mit dem Partner, Dribbeln mit dem Ball…)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen an Geräten – Turnen	*A C*	*6*	*12*		*13*

Sicher Schwingen, Stützen, Springen – Aufbau turnerischer Grundfertigkeiten an verschiedenen Turngeräten

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 5.1, 5.2, 5.3, 5.4, 6 MK 5.1, 5.2, 6 UK 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Wagnis und Verantwortung (c)

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

„Sicher Schwingen, Stützen, Springen – Aufbau turnerischer Grundfertigkeiten an verschiedenen Turngeräten."

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung

- vorbereitende Übungen an Barren, Reck, Kasten, Turnmatten, Bänken, Schwebebalken, Ringe
- Schwingen, Stützen, Springen in unterschiedlichen Situationen erfahren
- Schwierigkeitsgrad und Ausführung einschätzen
<u>Fachbegriffe</u>
- Gerätenamen
- Turnelemente
	- offene Bewegungsaufgaben
	- Stationsbetrieb
	- „Gerätelandschaft"
	- Beobachtungsaufgaben: sich und andere hinsichtlich vorgegebener Kriterien beobachten und bewerten
	<u>Fachbegriffe</u>
	-
		<u>Gegenstände</u>
		- mit Körperspannung in den Stütz kommen, balancieren, springen, rollen, schwingen
		  - Verbindung von Turnelementen
		  - Sichern und Helfen
		<u>Fachbegriffe</u>
		- Stützen
		- Schwingen
		- Balancieren
		- Körperspannung
			<u>prozessbegleitend:</u>
			- Verhalten
			- kleine Präsentationen
			<u>Beobachtungskriterien:</u>
			- Verantwortungsbewusster/ sinnvoller Umgang mit Wagnissituationen
			- gegenseitige Hilfe
			- Zutrauen (zu sich und anderen)
			<u>punktuell:</u>
			- individuelle Präsentation (z.B. bei 3 Übungen an mind. 2 Geräten)
			- Körperspannung
			- Schwierigkeitsgrad

Bewegungsfeld/Sportbereich: 9	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	*A E*	*6*	*10*		*14*

„Kräfte sinnvoll einsetzten" – Kämpfen in der Bodenlage

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 9.1, 9.2, 6 MK 9.1, 9.2, 6 UK 9.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

„Kräfte sinnvoll einsetzen – Kämpfen in der Bodenlage."

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Körperkontakt zulassen - Lauf- und Tummelspiele, Schieb- und Ziehwettkämpfe mit und ohne Körperkontakt durchführen - Kräfte messen in PA <u>Fachbegriffe</u> - allgemeines Aufwärmen - Regeln/Stoppregel - Fairness - Gegner als Partner achten - guter Gewinner/Verlierer sein	- Einlaufen mit Übungen zur Musik (evtl. angeleitet durch SuS) - SuS fungieren immer als Schiedsrichter (auch Inaktive) - Stationenarbeit „Zweikämpfe mit und ohne Materialien" <u>Fachbegriffe</u> - Regelkenntnis - Selbsttätigkeit der SuS - Organisationsrahmen der Stationenarbeit	<u>Gegenstände</u> - Gruppenwettkämpfe („Wir messen unsere Kräfte!") - Möhrenziehen - Tauziehen - Partnerkämpfe (Drücken, Schieben, Ziehen) - Turnierformen (z.B. Armdrücken) -Umdrehtechniken <u>Fachbegriffe</u> - Bezeichnungen der Turniere (s.o.) und der dazugehörigen Regeln	<u>prozessbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - kognitive Leistungen: z. B. Regeln aufstellen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Regelkenntnis - Fairnessverhalten (Gegner als Partner achten) - Durchhaltefähigkeit - Sieger im fairen Wettkampf (bzgl. Körpergröße/Gewicht) <u>punktuell:</u> - Wettbewerb mit verschieden Stationen (3-5)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	***Päd. Perspektive lei-tend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A D*	*6*	*12*		*15*

„Laufen, Werfen, Springen in seiner Vielfalt" – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.4, 6 MK 3.2, 6 UK 3.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- einen leichtathletischen Dreikampf unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen (4)

Methodenkompetenz:

- grundlegende leichtathletische Messverfahren sachgerecht anwenden (2)

Urteilskompetenz:

- die eigene disziplinspezifische Leistungsfähigkeit grundlegend beurteilen (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (2)**

Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)

„Laufen, Werfen, Springen in seiner Vielfalt“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten.

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Unterscheidung von Übungs- und Wettkampfverhalten und entsprechendes zeigen - Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen - Messverfahren sachgerecht anwenden <u>Fachbegriffe</u> -	- eigenverantwortliches und selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen) - individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfleistung (z.B. Aufwärmen, Anlaufstrecke individuell festlegen) - Wettkampfstätten wettkampfgerecht herrichten <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - Grundlegende Wettkampfregeln zu den genannten Disziplinen - Startkommando	<u>Gegenstände</u> - Sprint und Ausdauerleistung - Weitsprung - Schlagballwurf <u>Fachbegriffe</u> - Wettkampfregeln	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten zeigen - Anstrengungsbereitschaft, Willensstärke und Motivation - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Bewegungsqualität - Leistungsverbesserung <u>punktuell:</u> - (normierter) Dreikampf nach Punktwertung; hier: Bundesjugendspiele

Bewegungsfeld/Sportbereich: 6	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungs-künste	*B E F*	*6*	*12*		*16*

„Hip-Hop, Breakdance und Co" – Jonglage, Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzten

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 6.1, 6.2, 6.3, 6 MK 6.1, 6.2, UK 6.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- technisch-koordinative Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens mit und ohne Handgerät anwenden und beschreiben (1)
- grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u. a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (u. a. Gymnastik und Tanz oder Pantomime) allein oder in der Gruppe anwenden (2)
- grundlegende Aufstellungsformen und Formationen anwenden und beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsgestaltung (b)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**
- **Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und -objekte (3)**

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Gesundheit und Gesundheitsverständnis (f)

- unterschiedliche Körperideale und Verhaltensweisen unter gesundheitlicher Perspektive (3)

„Hip-Hop, Breakdance und Co – Jonglage, Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen.“

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Einfache Tanzformen/ Grundschritte kennen lernen und kombinieren - Merkmale von Bewegungsqualität kennen lernen (Körperspannung, Rhythmus, Raumnutzung…) - erarbeitete Tänze präsentieren und bewerten <u>Fachbegriffe</u> - Körperspannung - Synchronität - Rhythmus	- Gruppenarbeit: gemeinsame Absprachen treffen - Beobachtungsaufgaben: sich und andere hinsichtlich vorgegebener Kriterien beobachten und bewerten <u>Fachbegriffe</u> - Beobachtungsbogen - Bewertungskriterien	<u>Gegenstände</u> - kleine und einfache Tanzformen (z.B. Hip-Hop, Breakdance, …) mit Musik <u>Fachbegriffe</u> - Gruppenkomposition - Fachbegriffe der Tanzart	<u>prozessbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - kleine Präsentationen <u>Beobachtungskriterien:</u> - Verhalten in der Gruppenarbeit - Beachten von Gestaltungskriterien <u>punktuell:</u> - Präsentation des Gruppenergebnisses nach Kriterien wie technische Ausführung, Synchronität, Raumnutzung, Taktgefühl

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	*A D*	*6*	*6*		*17*

„Aufwärmen, spielen, entspannen" – spielerisch verschiedene Aufwärm- und Entspannungstechniken kennen lernen. Kompetenzerwartungen: 6 BWK 1.1, 1.3 6 MK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sich sachgerecht allgemein aufwärmen und grundlegende funktionsgymnastische Übungen ausführen sowie die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen und steuern (1)
- eine grundlegende Entspannungstechnik (z.B. Phantasiereise) angeleitet ausführen sowie den Aufbau und die Funktion beschreiben (3)

Methodenkompetenz

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

„Bewegungen sinnvoll koordinieren – spielerisch die Stärken und Schwächen koordinativer Fähigkeiten erkennen und verbessern.“ (UV 17)

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Einlaufen mit einem Partner / in kleinen Gruppen; auf andere achten - Laufaufgaben und Aufgaben mit Ball erfüllen (nach Vorgabe, spielerisch, auf frei gewählten Raumwegen, in einem Parcours …) - die Laufintensität variieren und erfahren: ruhig/ langsam einlaufen, rhythmisch laufen, koordiniert laufen -Variationsreich werfen und fangen <u>Fachbegriffe</u> - allgemeines Aufwärmen	- Laufaufgaben und Wurf- Fang-aufgaben nach Vorgabe des Lehrers, nach Spielregeln, mit Würfeln, Karten …erfüllen - Laufaufgaben und Wurf- Fang-aufgaben nach Vorgabe des Partners/eines Gruppenmitglieds erfüllen - Raumwege nutzen, vorgegebenen Parcours nutzen <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - (eigene) Raumwege nutzen	<u>Gegenstände</u> - einfache technisch-koordinative Grundformen (Laufen vor-/rückwärts, Kniehebelauf, Anfersen, Seitkreuzen, Seitgalopp, Hopserlauf …) - Lauf- und Fangspiele - kleine Ballspiele -Laufen, Springen, Werfen, Fangen koordinieren	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - Erfüllen / Umsetzen von Laufaufgaben, Wurf- und Fang-aufgaben, Fantasie - Beherrschen koordinativer Fertigkeiten <u>punktuell:</u> - Zwei Bälle fangen - Balancieren - Reaktionsfähigkeit

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A D F*	*6*	*6*		*18*

„Mit Freude laufen ohne aus der Puste zu sein" – ohne Unterbrechung ausdauernd laufen können

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 3.3, 6 UK 3.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten (Lauf-, Sprung- und Wurf- ABC) der leichtathletischen Disziplinen ausführen sowie für das Aufwärmen nutzen (1)
- beim Laufen eine Mittelzeitausdauerleistung (MZA I bis zu 10 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen sowie grundlegend körperliche Reaktionen bei ausdauerndem Laufen beschreiben (3)

Urteilskompetenz:

- die individuelle Gestaltung des Lauftempos bei einer Mittelzeitausdauerleistung an Hand wahrgenommener Körperreaktionen beurteilen (1)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (2)**
- **Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

Gesundheit (f)

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

„Mit Freude laufen, ohne aus der Puste zu sein."

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- individuelle anaerobe/ aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassung der Laufgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauerndem Laufen benennen <u>Fachbegriffe</u> - anaerob – aerob	- Stationenlernen und Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen - Beobachtungsbogen zu körperlichen Merkmalen beim ausdauernden Laufen <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - Stationenlernen (Schülerinfo) - Beobachtungsbogen (Selbst- und Fremdbeobachtung)	<u>Gegenstände</u> - Runden-, Streckenläufe - Zeitläufe, Zeitschätzläufe - Staffelläufe (z.B.: 1-2-3-4-5 – Rundenstaffeln) <u>Fachbegriffe</u> - „Laufen ohne zu schnaufen!"	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Anstrengungsbereitschaft - Durchhaltevermögen <u>Beobachtungskriterien:</u> - gleichmäßiger, ökonomischer Laufstil - Kriterien: Laufen ohne Unterbrechung <u>punktuell:</u> - eine nicht – normierte MZA I (bis 10 Minuten) erbringen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*A E*	*6*	*12*		*19*

„Miteinander und gegeneinander spielen lernen – Einfache Aufgaben im Partnerspiel Badminton technisch und taktisch sicher und regelgerecht bewältigen“

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.3, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

(Spiel-)Regeln und deren Veränderungen (3)

„Miteinander und gegeneinander spielen lernen – Einfache Aufgaben im Partnerspiel Badminton technisch und taktisch sicher und regelgerecht bewältigen“

(12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Sachgerechter Auf- und Abbau der Netzanlage - Sachgerechter Umgang mit dem Schläger und dem Ball - Differenzierung des VH- und RH-Spiels (wann welche Technik?) - Eigenständige Organisation des Einzelspiels - Vermittlung der Spielidee durch einfache Spiel- und Übungsformen Fachbegriffe - Aufschlag, Spiel mit VH und RH	- Spiel- und Übungsformen zum sicheren Spielen des Balls und Einüben der Raumwege im Feld - Partnerübungen und –beobachtungen - Rundlaufspiele - Variation des Spielgerätes (Ball, Luftballon, …) - Variation der Netzhöhe (auch sehr hoch) - Variation der Spielregeln (z.B. mehr Kontakte, …) Fachbegriffe - Spielfeldbegrenzung kennen und benennen können - Regelvariation	Gegenstände: Schläger- und Ballgewöhnung **Miteinander** spielen: den Ball variabel im Spiel halten Unterhandschläge (Aufschlag v. unten), Überkopfschläge Vorderhand/Rückhand Raumausnutzung (kurz/weit) **Gegeneinander** spielen: Einzelspiel: vom Halbfeld zum Ganzfeld - Grundlegendes taktisches Verhalten, Regelkenntnis Fachbegriffe: Zentrale Position, Lauftechnik, UH ÜK VH RH	unterrichtsbegleitend: - sicheres im Spiel halten des Balles - den Ball weg vom Gegner/hin zum Gegner (je nach Schwerpunkt mit- oder gegeneinander) Beobachtungskriterien: - sicheres und genaues Zuspiel - variables Platzieren der Bälle (Länge, Ecken, Seitenlinien) - Orientierung im Raum punktuell: - Demonstration des Aufschlags, sowie der VH und RH im Einzelspiel - Beherrschen technischer Fertigkeiten

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen an Geräten – Turnen	*A B*	*6*	*6*		*20*

Akrobatische Bewegungskünste – Grundfertigkeiten des Pyramidenbaus erfahren und kreativ umsetzten

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 5.1, 5.4, 6 MK 5.1, 5.2, 6 UK 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine für das Turnen grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen und aufrechterhalten (1)
- in turnerischen Wagnissituationen für sich und andere umsichtig und verantwortungsbewusst handeln sowie Kriterien für sicherheits- und gesundheitsförderliches Verhalten benennen und anwenden (4)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

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

Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und Gestaltungsobjekte (3)

„Akrobatische Bewegungskünste – Grundfertigkeiten des Pyramidenbaus erfahren und kreativ umsetzen“

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Belastungspunkte für die Umsetzung akrobatischer Elemente kennen und benennen - Gleichgewichts- und Vertrauensübungen mit dem Partner erfüllen (spielerisch)	- Partnerarbeit: Ausprobieren verschiedener Akrobatikfiguren, Absprachen treffen - Beobachtungsbögen zu körperlichen Merkmalen bei der Umsetzung von Akrobatikfiguren	<u>Gegenstände</u> - Übungen zur Förderung von Vertrauen, Kooperation, Körperspannung und Gleichgewicht - Haltegriffe - Belastungspunkte am Körper - Halte- und Sicherheitsregeln - Akrobatikfiguren	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Anstrengungsbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - Körperspannung - Erfüllen und Umsetzen der Halte- und Sicherheitsregeln - Anwenden der richtigen Griffarten
<u>Fachbegriffe</u> -	<u>Fachbegriffe</u> - Beobachtungsbogen (Fremdbeobachtung)	<u>Fachbegriffe</u> - Hand-Hand-Griff - Hand-Handgelenks-Griff - Arm-Arm-Griff	<u>punktuell:</u> - Präsentation der entwickelten Partnerakrobatik

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (7)

Obligatorik: 62 Stunden/Freiraum: 58 Stunden

21. „Schwimmen wie ein Goldfisch“ – Erlernen der Grundlegenden Schwimmtechniken „Brust“ / „Kraul“ / “Rücken“ und Verbesserung der Atemtechnik
22. Maßnahmen zur Fremd- und Selbstrettung – Gefahren im Wasser sicher begegnen und bewältigen
23. Sich Ausdauerziele setzten – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können, sowie ausdauern die Luft anhalten
24. „Gut und schnell vom Block kommen“ – einen Kopf- und Startsprung in seinen Grundfertigkeiten erlernen
25. „Schwimmen wie ein Profi“ – mit einer Wechselzug- und Gleitzugtechnik incl. Start und Wende sicher Schwimmen können
26. „Fähigkeitsorientiere Ballschulung“ – Erprobung verschiedener spieltaktischer Spielzüge und Spielsysteme im Fußball
27. „Fit in Form“ – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen
28. *„Lauf, Sprung, Stoß“ – Das Kugelstoßen in seiner Grobform erlernen und bereits bekannte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem Niveau ausführen*
29. „Neue Spiele kennenlernen“ – Die Grundideen und Strukturen im Flagfootball sowie im Ultimate Frisbee analysieren und vergleichen
30. „Wie Fit bin ich?“ – Erstellung eines Fitnessparcours und Grundprinzipien des Trainings kennenlernen und anwenden
31. „Hoch hinaus“ – Erfahrungen mit dem (Mini-)Trampolin und dabei einen bewussten Umgang mit Risiko und Wagnis sammeln
32. Das Gleiten auf dem Eis entdecken – vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern (*als Exkursion)*

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
21	4	A	18	1, 2,	1,	1	1, 2, 3					
22	4	AF	4	1, 4	1,	1	1					1, 2, 3
23	4	F D	8	1, 3	1,	1,				1, 2		2, 3
24	4	A C	4	1, 2	1,	1	1		1, 2, 3			
25	4	A D	10	1, 2	1,	1	1, 2, 3			1, 2		
26	7	E D	8	1, 2, 3	1, 2	1				3	1, 2, 3	
27	6	B A	8	2, 4	1		2	1, 2				
28	3	A B	8	1, 2	2		1, 2, 3	2				
29	2	ACE	10	1, 3	1,	1,	1	1, 2			1, 2, 3, 4	
30	1	ADF	6	1.2,1. 3	1.1, 1.2	1.1	2, 3			1, 2		
31	5	C D	8	1, 2, 4	1, 3	1			1, 2, 3	1, 2		
32	8	A C	4	1, 2	1	1, 2	1		1, 2, 3			
UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)

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

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive* ***leitend****/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A*	*7*	*18*		*21*

Schwimmen wie ein Goldfisch – Erlernen der Grundlegenden Schwimmtechniken „Brust"/ „Kraul" / „Rücken"/ und Verbesserung der Atemtechnik

Kompetenzerwartungen: BWK 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, MK 4.1, UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz: BWK 4.1, 4.2, 4.3, 4.4

- technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)
- eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)
- eine Langzeitausdauerbelastung (LZA I bis 30 Minuten) in einer beliebigen Schwimmtechnik gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)
- Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)

Methodenkompetenz: MK 1

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

Urteilskompetenz: UK 1

- die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: **d 1, d 2, d 3**, f 2 (**leitend**; ergänzend)

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

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Thema des UV (4.6):

Schwimmen wie ein Goldfisch – Erlernen der Grundlegenden Schwimmtechniken „Brust"/ „Kraul" / „Rücken"/ und Verbesserung der Atemtechnik (8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - sich selbst Ziele setzen, seine Leistungen durch Training verbessern - zwei Schwimmtechniken mit Start und Wende koordinativ/technisch sicher durchführen können - in einer selbst gewählten Schwimmart ohne Unterbrechung schwimmen können (LZA I) - einen Partner abschleppen können Fachbegriffe - Start, Wende, Startkommando	- individuelles Üben von Schwimmtechniken auf Bahnen - zwei Schwimmtechniken mit Start und Wende koordinativ/technisch sicher durchführen können - Einteilung in leistungsmäßig ausgeglichene Kleingruppen und ausdauernd schwimmen - mit Hilfe von Abbildungen das Abschleppen eines Partners Erarbeiten und Schleppgriffe erproben Fachbegriffe/Methodenkompetenz -	Gegenstände - Start vom Block oder Rückenstart - Wende in Bauch- und Rückenlage - Streckenschwimmen (z. B. in Pyramidenform mit länger oder kürzer werdenden Strecken oder in Staffelform) - Schleppgriffe (z.B. Kopf-, Achsel-, Stirn-Nacken-Griff) Fachbegriffe - Startblock, Startkommando - regelgerechter Anschlag, Rollwende, Unterwasserzug	unterrichtsbegleitend: - Einsatzbereitschaft Beobachtungskriterien: - Engagement, Motivation und Anstrengungsbereitschaft beim Üben und Trainieren zeigen - Ermüdungswiderstandsfähigkeit zeigen - Angemessene Übungs- und Trainingsverhalten zeigen - Hilfsbereitschaft und Teamgeist beim gemeinsamen Training zeigen - technisch/koordinativ sauber schwimmen punktuell: - bis zu 30 Minuten schwimmen - 50 m schwimmen mit Start und Wende

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	***Päd. Perspektive leitend**/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A*	*7*	*18*		*22*

Maßnahmen zur Fremd- und Selbstrettung – Gefahren im Wasser sicher begegnen und bewältigen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.1, 4.4, 9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
- *Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: Vermittlung von Rettungsmaßnahmen	Von einfachen zu komplexen Übungen: Erlernen der Rettungsschwimm-techniken Kombination der Rettungsübungen	**Gegenstände:** Lösen von Krämpfen schnelles Anschwimmen Streckentauchen Tauchen nach Gegenständen Transportieren einer Person Schwimmen mit Kleidung **Fachbegriffe:** Ziehen, Schieben Muskelkrampf Erschöpfung Atmung	**unterrichtsbegleitend:** Engagement/Motivation beim Erlernen der Rettungsschwimm-techniken Umsetzung der Bewegungsaufgaben Beachten der Verhaltensregeln **punktuell:** 50m-Transport einer Person Erwerb eines Schwimmabzeichens

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*FD*	*7*	*8*		*23*

Sich Ausdauerziele setzten – in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können, sowie ausdauernd die Luft anhalten

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.1, 4.3, 9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
- *Maßnahmen zur Selbstrettung und einfache Formen der Fremdrettung benennen, erläutern und anwenden (4)*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

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

Leistung (d)

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

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: □ Anpassung der Schwimmgeschwindigkeit an die individuelle Leistungsfähigkeit □ gesundheitsfördernde Aspekte der Sportart Schwimmen	Individualisierung: □ eigene Ziele stecken □ selbstständiges Üben und Trainieren (Trainingstagebuch) □ Dauermethode □ Intervallmethode	**Gegenstände:** □ Anwendung der Trainingsmethoden □ Staffeln □ Einfluss des Schwimmens auf die Gesundheit **Fachbegriffe:** □ Dauermethode □ Intervallmethode □ Herz-Kreislauf-System	**unterrichtsbegleitend:** □ Anstrengungsbereitschaft □ Durchhaltevermögen □ Beachten der Verhaltensregeln □ Trainingstagebuch **punktuell:** □ individuelle Leistungssteigerung □ Langzeitausdauer: 30 Min. schwimmen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A C*	*7*	*4*		*24*

„Gut und schnell vom Block kommen" – einen Kopf- und Startsprung in seinen Grundfertigkeiten erlernen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.1, 4.2, 9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
- *eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte für Schwimmunterricht spezifischer Organisationsrahmen Bewältigung von Angstsituationen Druckausgleich Regeln beim Springen und Tauchen	Übungsformen zum Springen und Tauchen individuelles Erproben Grenzen erkennen und erweitern	**Gegenstände:** Orientierung in der Luft/unter Wasser Startsprung Springen aus unterschiedlichen Höhen Fuß- und Kopfsprünge Streckentauchen Tieftauchen **Fachbegriffe:** Körperspannung Atmung Druckausgleich	**unterrichtsbegleitend:** Beachten der Verhaltensregeln Motivation und Engagement Umsetzung von Bewegungs-aufgaben **punktuell:** Springen aus unterschiedlichen Höhen gemäß der Schwimmabzeichen Strecken-, Tieftauchen gemäß der Schwimmabzeichen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 4	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen im Wasser – Schwimmen	*A D*	*7*	*6*		*25*

„Schwimmen wie ein Profi" – mit einer Wechselzug- und Gleitzugtechnik inkl. Start und Wende sicher schwimmen können

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 4.1, 4.2, 9 MK 4.1, 9 UK 4.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- *technisch-koordinative Elemente des Schwimmens in der Bauch- und Rückenlage sicher anwenden (1)*
- *eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende sicher ausführen sowie Bewegungsmerkmale der ausgewählten Schwimmtechniken beschreiben, einzelnen Phasen zuordnen und in ihrer Funktion erläutern (2)*

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- *die eigene Ausdauerleistungsfähigkeit beim Schwimmen nach ausgewählten Kriterien (z. B. Gesundheitsaspekt, Leistungsaspekt) beurteilen (1)*

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 1, **c 1, c 2, c 3**
Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

Schwimmen wie ein Profi" – mit einer Wechselzug- und Gleitzugtechnik inkl. Start und Wende sicher schwimmen können

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Leistungsbewertung
Inhalte Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren Festigung der Schulung von Wechselzugtechniken (Armzug, Beinschlag, Atmung, Start, Wende) und einer Gleichzugtechnik Springen und Tauchen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung Verantwortliche Selbst- und Fremdrettung Freude am gemeinsamen Spiel (z. B. Wasserball) Fachbegriffe Orientierungsfähigkeit im Wasser Rettung Ausdauerleistung Baderegeln	Erproben und vergleichen einzelner Komponenten von Koordination Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser in Risikosituationen Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen Fachbegriffe Arbeitsmethode: Erproben und Selektieren von Bewegungsführungen	**Gegenstände** sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen und Retten abwechslungsreiches Bewegen im Wasser zum allgemeinen Aufwärmen ausdauerndes Schwimmen Individuelles Springen und Tauchen Vertiefung: Wechselzugtechnik: Kraul- Rückenkraulschwimmen, Gleichzugtechnik: Brustschwimmen, Starts, Wenden Sportspiel Wasserball Fachbegriffe Wechselzug/Gleichzug Phasen: -zug, -druck, -schwung Atemtechnik Auftrieb/ Wasserwiderstand Schwimmlage	unterrichtsbegleitend Ausführungsqualität der motorischen Anweisungen mit und ohne Hilfsmittel konstruktive Mitarbeit auch in den Gesprächsphasen Einhaltung der Sicherheitsvorschriften **punktuell** Technik des Rückenkraul-, des Kraul –, Brustschwimmens, Tauchens und Springens 50m Zeitschwimmen Ausdauerleistung (bis30Min) Beobachtungskriterien: Bewegungsgenauigkeit Schwierigkeitsgrad der Sprünge und Tauchgänge

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*E D*	*7*	*8*		*26*

„Fähigkeitsorientiere Ballschulung" – Erprobung verschiedener spieltaktischer Spielzüge und Spielsysteme im Fußball

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.2, 7.3, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Fußball-Techniken erlernen, vielfältig üben und anwenden - Vermittlung ausgewählter Spielzüge - Differenzierung des Spielaufbaus im Mit- und Gegeneinander - Regelveränderung	- Kleine Passspiele mit zunehmend komplexeren Spielzügen - Einsatz von Bildreihen zur Vorstellung und Korrektur	Gegenstände - Übungsformen zum Dribbeln und Passen und Ballannahme - Übungsformen zur Verbesserung der Genauigkeit beim Passen Fachbegriffe - Bewegungsmerkmale, Vor- und Nacheile verschiedener Spielzüge	unterrichtsbegleitend: - Einsatzbereitschaft - Zuspiel - Entwicklung der Spielzüge Beobachtungskriterien: - miteinander spielen, Spielaufbau - Beherrschen der Techniken punktuell: - Techniküberprüfung durch Demonstration - Technikbeschreibung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 6	***Päd. Perspektive leitend**/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungs-künste	*B A*	*7*	*8*		*27*

„Fit in Form" – tänzerische und gymnastische Elemente für eine Fitness-Gymnastik nutzen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 6.2, 6.4, 9 MK 6.1

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)
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern (4)

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)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (2)

Bewegungsgestaltung (b)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Erlernen von Grundschritten ausgewählter Tanz-/Gymnastikschritte - Grundschritte so zu einer Choreographie zusammenstellen, dass diese der Konditionsschulung dient - Gestaltungskriterien Raum, Zeit und Dynamik kennen lernen und anwenden - den Rhythmus spüren/umsetzen - Entwickeln einer Partner- oder Gruppenkür - Anwendung ausgewählter Sprünge allein, mit dem Partner oder der Kleingruppe	- Stationenlernen, Einsatz von Lernkarten, Zeichnungen mit Bewegungsmerkmalen - exakte Beobachtung und Beschreibung von Bewegungshandlungen - Bewegungsgestaltungen anderer deuten und bewerten	Gegenstände: Je nach ausgewähltem Tanz- oder Gymnastikstil. Für das Beispiel Rope-Skipping: - verschiedene Einzelseile /Ropes - Langseil - Einzelsprünge (z.B. Grundsprung, Jogging-, Slalom-, Schritt-, Grätsch-, Glocken-, Fersen-, Kreuz- und Kicksprung - Elemente am Schwungseil (z.B. Durchlaufen, Einlaufen und Hinauslaufen, mehrere springen im Seil, „Teddybär") Fachbegriffe: - Bezeichnung der Sprünge - Gestaltungskriterien Raum, Zeit, Dynamik - Zählzeiten	prozessbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - in Gruppen und/oder mit einem Partner kooperativ und konstruktiv zusammenarbeiten Beobachtungskriterien: - Ausführung der Technik - Konditionsschulung angepasst - Schwierigkeitsgrad - Kreativität punktuell: - Bewertung einer selbst entwickelten Gruppenchoreografie nach erarbeiteten Kriterien

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A B*	*7*	*10*		*28*

„Lauf, Sprung, Stoß" – Das Kugelstoßen in seiner Grobform erlernen und bereits bekannte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem Niveau ausführen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.1, 3.2 9 MK 3.2,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- leichtathletische Disziplinen (Lauf, Sprung, Wurf oder Stoß) auf erweitertem technisch- koordinativem Fertigkeitsniveau ausführen und grundlegende Merkmale leichtathletischer Fertigkeiten in ihrer Funktion erläutern (1)
- eine neu erlernte LA-Disziplin (Kugelstoßen) in der Grobform ausführen (2)

Methodenkompetenz:

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

- Variationen von Bewegung (z. B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung

- Differenzierung von Stoß und Wurf
- Bewegungsmerkmale des Kugelstoßes
- (eigenverantwortliches) Üben und Trainieren des Kugelstoßes
- Sicherheitsbestimmungen, Wettkampfregeln und Messverfahren sachgerecht anwenden
	- selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen)
	- individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung
	  - Vom Standstoß zum Angleiten
	  - Vor- und Nachteile der Fuchsangleittechnik
	
	<u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u>
	- grundlegende Wettkampfregeln
	- Startkommando
	- Zählweise, Bewertungssystem, Bewertungsraster
		<u>Gegenstände</u>
		- Bewegungsmerkmale des Kugelstoßes
		
		<u>Fachbegriffe</u>
		- Bewegungsmerkmale des Kugelstoßes mit der Angleittechnik
			<u>unterrichtsbegleitend:</u>
			- angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten zeigen
			- Engagement/Anstrengung
			
			<u>Beobachtungskriterien:</u>
			- Anstrengungsbereitschaft
			- Teamgeist, Hilfsbereitschaft
			- Leistung (-sverbesserung)
			<u>punktuell:</u>
			- normorientierte Bewertung
			- Wettkampfbewertung nach vorher festgelegten Kriterien

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	*A C E*	*7*	*10*		*29*

„Neue Spiele kennenlernen" – Die Grundideen und Strukturen im Flagfootball sowie im Ultimate Frisbee analysieren und vergleichen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 2.1, 2.3, 9 MK 2.1, 9 UK 2.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- *spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)*
- *Spiele aus anderen Kulturen vor dem jeweiligen kulturellen Hintergrund einordnen und spielen (3)*

Methodenkompetenz:

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

Urteilskompetenz:

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Bewegungsgestaltung (b)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Fachbegriffe
Quarterback/Center/Shotgun, Offense / Defense, Corner /Fly/ In/ Slant
Sandwichcatch / Rückhand- und Vorhandwurf

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände
grundlegende spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten entwickeln taktisch-kognitive Fähigkeiten /Spielzüge situationsgerecht in den Spielen anwenden Grundideen, Strukturen und Regeln im Flagfootball sowie im Ultimate Frisbee kennenlernen und vergleichen	Methodische Spielreihen - Erproben verschiedener Bewegungsspiele mit zunehmender Komplexität und Annäherung an die Zielsportarten Flagfootball bzw. Ultimate-Frisbee Einführung in Wurf- und Fangtechniken Aus vorgegebenen Passrouten Spielzüge entwickeln und erproben	Regeln Flagfootball und Ultimate Frisbee Grundideen und Strukturen Wurf- und Fangtechniken Passrouten und Spielzüge

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1	***Päd. Perspektive leitend/****ergän-zend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	*A D F*	*7*	*6*		*30*

„Wie Fit bin ich?" – Erstellung eines Fitnessparcours und Grundprinzipien des Trainings kennenlernen und anwenden

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 1.2,1.3, 9 MK 1.1, 1.2, 9 UK 1.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)
- eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Urteilskompetenz (UK)

- ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen Belastungssituationen – auch unter dem Aspekt der Eigenverantwortung – beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: a 2, a 3, **d 1, d 2**
Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung
- Thematisierung des Fitnessbegriffs und Differenzierung der Fitnesskomponenten in Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Schnelligkeit, Koordination Zirkeltraining zur individuellen Feststellung der Leistungsfähigkeit in ausgewählten Bereichen der sportmotorischen Fähigkeiten (Schwerpunkte: Kraft, Ausdauer, Koordina-	- Arbeiten im Stationsbetrieb zur Differenzierung einzelner Muskelpartien, Ausdauerbereiche und koordinativer Fähigkeiten - Eintragen der eigenen Leistungsfähigkeiten in einen Beobachtungsbogen zum indivi-	- Differenzierung sportmotorischer Fähigkeiten - Übungen zum Ansprechen der ausgewählten sportmotorischen Fähigkeiten	<u>Überprüfungsform:</u> Präsentation <u>unterrichtsbegleitend</u> - aktive Mitarbeit in allen Phasen des Unterrichts <u>punktuell:</u> - Eigene Stationen entwickeln zum Ansprechen ausgewählter Fähigkeitsbereiche <u>Kriterien:</u> - Kriterien zur Bewertung der entwickelten Stationen: richtiger Fähigkeitsbereich angesprochen, Material sinnvoll eingesetzt, Differenzierungsstufen eingefügt

Fachbegriffe

- Sportmotorische Leistungsfähigkeit und ihre Ausdifferenzierung in Kraft, Beweglichkeit, Kondition, Koordination Schnelligkeit
- Intervallmethode im Unterschied zur Dauermethode
- Kondition in aerob, anaerob unterscheiden

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5	***Päd. Perspektive leitend/****er-gänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen an Geräten – Turnen	*C D*	*7*	*8*		*31*

„Hoch hinaus" – Erfahrungen mit dem (Mini-)Trampolin und dabei einen bewussten Umgang mit Risiko und Wagnis sammeln

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 5.1, 5.2, 5.4, 9 MK 5.1, 5.3, 9 UK 5.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- An Turngeräten (u. a. Boden, Sprunggerät, Reck oder Stufenbarren, Balken oder Parallelbarren) oder Gerätekombinationen turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau normungebunden oder normgebunden ausführen und verbinden (1)
- an ihre individuellen Leistungsvoraussetzungen angepasste Wagnis- und Leistungssituationen bewältigen sowie grundlegende Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen (2)
- Zwischen Sicherheitsstellung und Hilfeleistung unterscheiden, diese situationsgerecht anwenden und deren Funktionen erläutern (4)

Methodenkompetenz (MK)

- in Gruppen selbstständig, aufgabenorientiert, sozial verträglich üben sowie für sich und andere verantwortlich Aufgaben im Lern- und Übungsprozess übernehmen (1)
- sich in turnerischen Übungs- und Lernprozessen fachsprachlich situationsangemessen verständigen sowie grundlegende methodische Prinzipien des Lernens und Übens turnerischer Bewegungen erläutern (3)

Urteilskompetenz (UK)

- Zusammenhänge zwischen Wagnissituationen und individueller technisch-koordinativer Leistungsfähigkeit beurteilen (1)

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c 1, c 2, c 3, d 1, d 2

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Spannung und Risiko (1)**
- **Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Leistung (d)

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

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände	Lernerfolgsüberprüfung(en) / Leistungsbewertung
- verschiedene Aufgabenstellungen, um Rotation in verschiedenen Körperpositionen zu erleben Helfergriffe in kleinen Gruppenkonstellationen erlernen Vom Leichten zum Schweren, um angstfrei zu turnen: Drehungen in der Luft, Fußsprünge, Sprung- und Luftrolle, freier Salto - Sprunggefühl für das Mini-Trampolin -Bewegungsimpulse geben und nutzen - Lageveränderungen im Raum wahrnehmen - mit Grenzen des eigenen Bewegungskönnens umgehen lernen Sicherheits- und Hilfestellung (Shake-Hands-Griff, Drehgriff, Sandwichgriff)	- individuelles Erproben und Experimentieren am Mattenberg - Steigerung des Schwierigkeitsgrades - Individualisierung - Partnerarbeit/Hilfestellung bei risikoreicherer Ausführung	- Sicherungs- und Helfergriffe - Sprungvarianten z.B.: gehockter Überschlag, die Luftrolle, Schleudersalto, gehockte Sprungrolle und gehockter Überschlag am Trapez - Sicherheitsbestimmungen, Verhaltensregeln am Trampolin	<u>Überprüfungsform:</u> Demonstration <u>unterrichtsbegleitend</u> - aktive Mitarbeit in allen Phasen des Unterrichts Anstrengungsbereitschaft, Umsetzung der Korrektur, Auf- und Abbau der Geräte, Hilfsbereitschaft <u>punktuell:</u> - Umsetzung der Sprungvarianten entsprechend des eigenen Wagnisempfindens <u>Kriterien:</u> Beobachtungskriterien: - Ausführung der Sprünge - Schwierigkeitsgrad/Qualität der Sprünge - Veränderung/Verbesserung bzw. Überwindung - Hilfsbereitschaft/Aufmunterungen erkennbar

Fachbegriffe - Unterscheidung von Wagnis und Risiko, Hilfestellungen Klammergriff, Drehgriff - Sicherheitsvorkehrungen, Körperspannung, Bewegungsimpuls, Rotation, Salto, Überschlag

Bewegungsfeld/Sportbereich: 8	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*A C*	*7*	*4*		*32*

Das Gleiten auf dem Eis entdecken – vielfältige Herausforderungen sicher und geschickt meistern (als Exkursion)

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 8.1, 8.2, 9 MK 8.1, 9 UK 8.1, 8.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- sich in komplexen Bewegungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter Wahrnehmung der Auswirkungen und Anforderungen von Material, Geschwindigkeit, Raum oder Gelände im dynamischen Gleichgewicht fortbewegen und zentrale Bewegungsmerkmale erläutern (1)
- technisch - koordinative Fertigkeiten beim Gleiten oder Fahren oder Rollen sicherheits- und geländeangepasst ausführen, Sicherheitsaspekte beschreiben und Möglichkeiten der Bewegungshilfe und Bewegungssicherung erläutern (2)

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

- die situativen Anforderungen (z. B. durch Sportgerät, Raum, Gelände, Witterung) an das eigene Leistungsvermögen und das emotionale Empfinden beurteilen (1)
- Sinnzusammenhänge beim Gleiten oder Fahren oder Rollen in (z. B. als Freizeit- und Naturerlebnis, als Gruppenerlebnis, als Bewegungsgestaltung sowie unter Leistungs- bzw. Wagnisaspekten) unterscheiden und beurteilen (2)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Spannung und Risiko (1)**
- **Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- das Gleiten auf dem Eis sicher meistern (in verschiedenen Bewegungsrichtungen, mit kürzeren und längeren Gleitphasen) - Spielerische Übungen und kleine Spiele auf dem Eis ausführen	- elementare Verhaltensregeln beim Eislaufen vereinbaren und einüben - steigender Schwierigkeitsgrad	- vorwärtsfahren, rückwärtsfahren, nebeneinander fahren, überholen - sicheres Abbremsen	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - <u>Beobachtungskriterien:</u> - Einhalten von Verhaltensregeln beim Eislaufen - Sicheres Fahren und Bremsen auf dem Eis

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (8)

Obligatorik: 68 Stunden /Freiraum: 52 Stunden

33. „Wir wollen gewinnen“ – Badminton regelkonform sowie individual, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen
34. Step-Aerobic – gemeinsam Musik in Rhythmus umsetzten und eine Gruppengestaltung erarbeiten
35. „Fußball spielen kann jeder“ – exemplarische Spiel- und Übungssituationen zur Verbesserung der Grundtechniken
36. „Richtiges Aufwärmen will gekonnt sein“ – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf vielseitige sportliche Anforderungen funktional vorbereiten
37. Erlernen von Grundtechniken im Volleyball – Annäherung an das Zielspiel auf dem Klein- und Großfeld
38. Wir planen ein Turnier – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren
39. Spielräume clever nutzen – Fertigkeitsorientierte Ballschulung im Badminton unter individual- und gruppentaktischen Aspekten
40. „Hoch springen“ – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen und die eigene Leistung im Hinblick auf einen Wettkampf beurteilen

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
33	7	D E	8	1, 2, 3	1, 2	1, 2				1, 2	1, 2, 3	
34	6	A B	10	1, 2, 4	1	1,2	1, 2, 3	1, 2, 3				
35	7	D E	8	1, 2	1, 2	1, 2				1,	1, 2, 3	
36	1	A F	6	1.1, 1.2	1.1, 1.2	1.1, 1.2	1, 2					2, 3
37	7	A E	12	1, 3	1, 2	1, 2	1, 2, 3				1, 3	
38	7	E	8	1, 3	2, 3	2					1, 2, 3, 4	
39	2	A E	10	1, 2	1	1	1, 2, 3	2				
40	3	A B	6	1, 2	2	1	1, 2, 3					

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

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*D E*	*8*	*8*		*33*

„Miteinander und gegeneinander spielen" – Vertiefung und Erweiterung des technischen Bewegungsspektrums im Badminton

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.2, 7.3, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

- Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (u. a. physische Leistungsvoraussetzungen wie Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Koordination) (1)
- Methoden zur Leistungssteigerung (2)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Thema des UV:

Miteinander und gegeneinander spielen" – Vertiefung und Erweiterung des technischen Bewegungsspektrums im Badminton

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Grundtechniken wiederholen - Regelwerk des Wettkampfspieles vermitteln in Vorformen (z. B. Rundlauf, Team-Spiel) und als Ziel-/Wettkampfspiel - Schiedsrichtertätigkeit erlernen - Einfache Taktiken anwenden	- Einsatz von Skizzen und Schaubildern - Technikerprobung in Partnerarbeit und/oder Kleingruppen - Kleine Spielformen mit vereinfachtem/verändertem Regelwerk	- Grundtechniken - Regelwerk - Schiedsrichtertätigkeit - Spielsysteme <u>Fachbegriffe</u> - Bewegungs- und Technikmerkmale - Spielidee	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - in Gruppen und/oder partnerweise konstruktiv und kooperativ miteinander arbeiten <u>punktuell:</u> - Techniküberprüfung: Aufschlag (lang, hoch, weit), VHÜC - Spielsituationen meistern

Bewegungsfeld/Sportbereich: 6	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungs-künste	*A B*	*8*	*10*		*34*

Step-Aerobic – gemeinsam Musik in Rhythmus umsetzten und eine Gruppengestaltung erarbeiten

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 6.1, 6.2, 6.4, 9 MK 6.1, 9 UK 6.1, 6.2

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)
- eine Fitnessgymnastik in der Gruppe nach vorgegebenen Kriterien präsentieren und grundlegende Merkmale und Formen erläutern (4)

Methodenkompetenz (MK)

- ausgehend von vorgegebenen Gestaltungsanlässen oder -themen Kompositionen Kriterien geleitet – 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: a 1, a 2, a 3, **b 1, b 2, b 3**

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**
- **Gestaltungsanlässe, Gestaltungsthemen und Gestaltungsobjekte (3)**

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

Thema des UV:

Step–Aerobic – gemeinsam Musik in Rhythmus umsetzen und eine Gruppengestaltung erarbeiten (10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Erlernen von Basisschritten, Bewegungsfolgen und Armbewegungen unter Berücksichtigung koordinativer Aspekte - exemplarische Vermittlung grundlegender Aspekte des funktionalen Kraft- und Ausdauertrainings - Durchführung eines Ausdauertrainings unter Berücksichtigung der Auswirkung auf das emotionale Wohlbefinden - Steigerung der Wahrnehmungsfähigkeit während der Ausdauerbelastung als Basis für die Kontrolle des eigenen Trainings Pulsmessung) - Abstimmung der eigenen Bewegungen auf den Partner bzw. die Gruppe - zur Musik rhythmisch passende Vorstellung	Methoden: - selbständiges Arbeiten an Stationen - Wiederholen und Vorstellen der Gestaltungskriterien Raum, Zeit und Dynamik - Wiederholen und Vertiefen der Grundlagen zur Herzfrequenzmessung Fachbegriffe: - Trainingsprinzipien - Belastungsempfinden - Belastungsdosierung - Pulsmessung	Gegenstände: - Grundelemente (Basis) der Step-Aerobic - Musik - Bewegungskoordination Fachbegriffe: - Bezeichnung der Sprünge - Gestaltungskriterien Raum, Zeit, Dynamik - Zählzeiten - Synchronität	prozessbegleitend: - Mitarbeit/Selbstständigkeit und Anstrengung in der Gruppe - konstruktiv und kooperativ arbeiten und üben, sich unterstützen Beobachtungskriterien: - Ausdrucksfähigkeit - Bewegungskönnen, Einbeziehen des individuellen Lernfortschritts - konditionelle und koordinative Fähigkeiten punktuell: - Präsentation einer Choreographie unter Berücksichtigung konditionsgeleiteter Kriterien - Schwierigkeitsgrad - Erfassen/Umsetzen von Rhythmus in Bewegung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*D E*	*8*	*8*		*35*

„Fußball spielen kann jeder" – exemplarische Spiel- und Übungssituationen zur Verbesserung der Grundtechniken

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.2, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Leistung (d)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

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

Thema des UV:

„Fußballspielen kann jeder" – exemplarische Spiel- und Übungssituationen zur Verbesserung der Grundtechniken

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Übungsformen zur Verbesserung der Grundtechniken (Dribbeln, Passen, Torschuss) - Dribbeln und Passen in Partnerarbeit und/oderKleingruppen - Fußball im Kleinfeld spielen - Spielformen zur zunehmenden Orientierung am Zielspiel <u>Fachbegriffe:</u> Kleinfeld	- schrittweise Einführen und Verändern von Spielregeln - Übungsformen in kleinen Gruppen - Mannschafts-/Gruppenbildung z.B. per Los, durch Abzählen, durch Wählen <u>Fachbegriffe:</u> Kleinfeld,	<u>Gegenstände</u> - Spielfertigkeiten wie Dribbeln, Ballführen, Passen, Freilaufen, Tore schießen - Variationen von Kleinfeldfußball: Eckenfußball, Kastenfußball, Tigerball, Mattenfußball … <u>Fachbegriffe</u> - Spielidee, Spielregeln	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - Einhalten von Spielregeln - angemessenes taktisches Verhalten <u>punktuell:</u> - erfolgreich sein bei Spielen -Technikübungen erfolgreich absolvieren

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	*A F*	*8*	*6*		*36*

„Richtiges Aufwärmen will gekonnt sein" – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf vielseitige sportliche Anforderungen funktional vorbereiten

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 1.1, 1.2, 9 MK 1.1, 1.2, 9 UK 1.1, UK 1.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- sich selbstständig funktional – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen und entsprechende Prozesse funktionsgerecht planen (1)
- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen

„Richtiges Aufwärmen will gekonnt sein" – Sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf vielseitige sportliche Anforderungen funktional vorbereiten (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Körpersignale für ein sachgerechtes Aufwärmen erfahren und individuell deuten lernen - durch Laufaufgaben und Aufwärm-spiele Voraussetzungen für nach-folgende Belastung schaffen - sich anstrengen und die Konditionen (Kraft, Ausdauer. Beweglichkeit) verbessern - Kraft- und Beweglichkeitstraining funktionsgerecht durchführen - einfache Testverfahren zur Kontrolle der Fitness verstehen und durch-führen - nach Belastung entspannen können <u>Fachbegriffe</u> - allgemeines, spezielles, individuelles Aufwärmen - Kraft, Kraftausdauer, Beweglichkeit, Ausdauer	- Erfüllen von Laufaufgaben nach unterschiedlichen Vorgaben - Aufwärmspiele mit einer motivierenden, alle aktivierenden Spielidee durchführen, ggf. selbst entwickeln - spezifische Formen des Einlaufens, Einspielens erlernen - Erproben und Vorstellen von Fitnessübungen zum Kraft- und Beweglichkeitstraining in Gruppen ggf. als Lerntheke (Abbildungen) - Erarbeiten und Vorstellen von Entspannungstechniken in Gruppen mit Hilfe von gruppenbezogenen (Beobachtungs-)Aufgaben <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - Entspannung, Wohlbefinden - Anspannung, Aktivität - Fitness	<u>Gegenstände</u> - allgemeines Aufwärmen (z.B. durch Einlaufen) - Aufwärmspiele - spezielles Aufwärmen (z.B. durch Einspielen/Einwerfen mit Bällen) - gezielte Übungen zur Mobilisierung/Dehnung/ Kräftigung/Entspannung - einfache Fitnesstests z.B. - 6-Minuten-Lauf - Geschicklichkeits-Parcours - Standweitsprung, <u>Fachbegriffe</u> - Körperkerntemperatur - Belastungsmerkmale (z.B. hinsichtlich Reihenfolge, Intensitätsgrad, zeitlichem Umfang, Wiederholungszahl)	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - konzentriertes Üben in kleinen Gruppen <u>Beobachtungskriterien:</u> - selbständiges Erfüllen / Umsetzen von Aufwärmen - Beherrschen von Entspannungstechniken - selbständiges Üben/Erarbeiten - Verbesserung im Bereich der Kraft und Beweglichkeit <u>punktuell:</u> - Übernahme von Aufwärmphasen - Demonstration von Entspannungs-, Dehn- oder Kräftigungsübungen - Fitnesstest (wiederholt)

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*A E*	*8*	*12*		*37*

Erlernen von Grundtechniken im Volleyball – Annäherung an das Zielspiel auf dem Klein- und Großfeld

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.3, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Thema des UV:

Erlernen von Grundtechniken im Volleyball – Annäherung an das Zielspiel auf dem Klein- und Großfeld

(12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - weitere Volleyball-Techniken erlernen, vielfältig üben und anwenden - Vermittlung des grundlegenden Spielaufbaus mit Stellen über Position 3 - Schwerpunkt Spielen mit 3 Kontakten, mit-/gegeneinander - Regeln modifizieren Fachbegriffe - Pritschen, Baggern, Aufschlag - Annahme, Stellen	- Kleinfeldspiele ausweiten zum 6 gegen 6 - Übungsformen zum Spielaufbau - Annahmeübungen auf Position 3 - Aufschlag von unten - Einpritschen - Bewegungsaufgaben mit Platzwechsel: Volleyball als Bewegungsspiel - Einsatz von Skizzen zur Verdeutlichung von Raumwegen und Spielaufbau Fachbegriffe - Positionen, Rotation, Einwechseln	Gegenstände - Übungsformen zum Pritschen und Baggern in kleinen Gruppen (genaues Zuspiel, genaue Annahme, mit Nachlaufen) - Übungsformen zur Verbesserung der Genauigkeit in Annahme und Zuspiel und zum Spielaufbau im großen Feld Fachbegriffe - Spielidee, Spielregeln	unterrichtsbegleitend: - Einsatzbereitschaft - Zuspiel, Annahme Beobachtungskriterien: - miteinander spielen, Spielaufbau (3 Kontakte) - Einhalten von Positionen punktuell: - Techniküberprüfung durch Demonstration einer Übungsform zum Spielaufbau - Spielsituationen beurteilen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*E*	*8*	*8*		*38*

Wir planen ein Turnier – ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.3, 9 MK 7.2, 7.3, 9 UK 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- spieltypische verbale und non-verbale Kommunikationsformen anwenden (2)
- Sportspiele und Spielwettkämpfe selbstständig organisieren, Spielregeln situationsangemessen verändern sowie Schiedsrichtertätigkeiten übernehmen (3)

Urteilskompetenz (UK)

- den Umgang mit Fairness und Kooperationsbereitschaft in Sportspielen beurteilen (2)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele

Thema des UV:

„Wir planen ein Turnier für die Klasse und erproben es! – Ein Turnier sowie die Übernahme von Schiedsrichtertätigkeiten organisieren, erproben und evaluieren".

(8 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- verschiedene Turnierformen kennen lernen und umsetzen - eigenständig weitere/eigene Turnierformen entwickeln, erproben und im Hinblick auf ihre Tauglichkeit und Umsetzbarkeit unter den gegebenen Rahmenbedingungen (Kursgröße, Hallengröße etc.) überprüfen - Regelwerk erproben und ggf. modifizieren	- Erarbeiten einer Turnierform unter Berücksichtigung der Kriterien: Zeit, Anzahl der TN und Spielfelder - Erproben und Vorstellen von Turnierformen - Auswertung, Reflexion und Bewertung der durchgeführten Turnierform	- Kleingruppenarbeit zur Erprobung und Einübung der Zählweise beim Badmintoneinzel/ zur Übernahme der Schiedsrichterfunktion - Expertengruppen zu den unterschiedlichen Turnierformen (z.B. Kaiserturnier, Jeder gegen Jeden, K.O.-System, Ranglistensystem etc.) <u>Fachbegriffe</u> - Turnierformen (Jeder gegen jeden, KO System, Doppel KO- System …)	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft - in Gruppen und/oder partnerweise konstruktiv und kooperativ miteinander arbeiten <u>punktuell:</u> - Vorstellen/ Erläutern und Durchführen einer Turnierform

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	*A E*	*8*	*10*		*39*

Spielräume clever nutzen – Fertigkeitsorientierte Ballschulung im Badminton unter individual- und gruppentaktischen Aspekten

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 2.1, 2.2, 9 MK 2.1, 9 UK 2.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten weiterentwickeln und situationsgerecht in Bewegungs- und Sportspielen anwenden (1)
- in unterschiedlichen Spielen mit- und gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (2)

Methodenkompetenz:

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

Urteilskompetenz:

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Bewegungsgestaltung (b)

- Gestaltungsformen und -kriterien (2)

Thema des UV:

Spielräume clever nutzen – Fertigkeitsorientierte Ballschulung im Badminton unter individual- und gruppentaktischen Aspekten

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- über Indiaca Spielidee vermitteln - grundlegende Schlagtechniken (Clear, Drop, hoher/kurzer Aufschlag) wiederholen/festigen - dem Badmintonspiel spezifische Merkmale, Unterschiede und Gemeinsamkeiten zuordnen - Bedeutung verschiedener Schlagtechniken für ein kooperations- oder konkurrenzorientiertes Spiel erkennen und benennen <u>Fachbegriffe</u> - VH-ÜK-Clear, VH-ÜK-Drop, Netzdrop	- selbstständiges Üben an Stationen (Techniktraining) - Wdh. und Vorstellen einzelner Badmintonschläge und ihrer Bedeutung im Badmintoneinzel in Kleingruppen - praktische und theoretische Erarbeitung der spezifischen Techniken und Taktiken des Federball-/Badmintonspiels <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> Durchführung/Auswertung vorgegebenen Übungsformen mit verschiedenen Zielsetzungen (z.B.: Federball: Welche Gruppe/welches Team schafft die meisten Schläge? Badminton: Wer gewinnt? Wer übertrifft den Gegner?	<u>Gegenstände</u> - Stationsbetrieb zur Wiederholung einzelner Schläge - Bildreihen zu den einzelnen Schlägen - taktische Grundregeln im Badmintoneinzel - Komplexübungen	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Einsatzbereitschaft mit Partner/in Gruppen konstruktiv und kooperativ arbeiten und üben Spielregeln des Einzel- und Doppelspiels benennen und anwenden können (inkl. Zählweise) <u>Beobachtungskriterien:</u> - selbständiges Üben/Erarbeiten - Verbesserung des technisch-taktischen Handlungsrepertoires im Badmintoneinzel <u>punktuell:</u> - technisch –taktische LÜ in einer Spielsituation 1:1

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A B*	*8*	*6*		*40*

„Hoch springen" – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen und die eigene Leistung im Hinblick auf einen Wettkampf beurteilen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.2, 9 UK 3.1 , 9 MK 3.1

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

Methodenkompetenz (MK)

- leichtathletische Übungs- und Wettkampfanlagen sicherheitsgerecht nutzen (1)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Absprachen der FK zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

„Hoch springen“ – Hochsprung als neue Herausforderung annehmen und die eigene Leistung im Hinblick auf einen Wettkampf beurteilen (6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Ängste überwinden und die Herausforderung des rückwärts Springens annehmen - Erarbeitung der wesentlichen Bewegungsmerkmale des Fosbury Flops - grundlegende Merkmale der Bewegung in ihrer Funktion erläutern - Sicherheitsbestimmungen einhalten und grundlegende Wettkampfregeln/Messverfahren sachgerecht anwenden <u>Fachbegriffe</u> - Bewegungsphasen (z.B. Anlauf, Absprung, vertikaler Abstoß, rückwärtige Lattenüberquerung, Landung)	- vorbereitende Übungen zum Anlauf und Absprung während der Erwärmung in Kleingruppen - methodische Reihe zum Flop (Zergliederungsmethode) - selbstständiges Üben an Stationen zu bestimmten Teilbewegungen (Anlauf, einbeinig abspringen, Schwungbeineinsatz, rückwärts landen - Korrektur der Bewegung mit Hilfe von Beobachtungsbögen, Bildreihen und Bewegungsbeschreibungen <u>Fachbegriffe/Methodenkompetenz</u> - Geräteaufbau mit erhöhter Auflage, sichere Anlagen	<u>Gegenstände</u> - Übung und Verbesserung des Anlaufs (Bogen-, Achterläufe, „Flieger“), des einbeinigen Absprungs (Steigesprünge u.a. Einbeinsprünge, mit Drehung, Aufsitzen auf Kästen), des Rückwärtsfallens und Landens (Standflop in Mattenberg, von Absprungerhöhung) - ganzheitliche Sprungübungen - spezielle (gymnastische) Übungen zu Bogenspannung, Schwungbein- und Armeinsatz - Wettkämpfe <u>Fachbegriffe</u> - Technikmerkmale	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - angemessenes Trainings- und Wettkampfverhalten zeigen (z.B. beim Üben und Warten) - Anstrengungsbereitschaft <u>Beobachtungskriterien:</u> - Bewegungsqualität - Übungsformen und Bewegung beschreiben können - Leistung absolut bzw. relativ (Leistungsverbesserung) <u>punktuell:</u> - Techniküberprüfung - Hochsprungwettbewerb

Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe (9)

Obligatorik: 86 Stunden /Freiraum: 34 Stunden

41. „Spielen wie die Profis“ – Fußball regelkonform sowie individual, gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen spielen
42. „leichtathletisch mehrkämpfen“ – einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf angemessen durchführen

43. Le Parcours – Wagnisreiche Situationen erleben und einschätzen
44. Zweikämpfe im Stand – Kontrollierend und kooperierend Werfen und Kämpfen
45. Kunststücke mit dem Seil/Ball oder anderen Handgeräten – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten
46. „Kultsportart aus einem anderen Land“ – Baseball spielen und verstehen
47. „Wie werde ich besser?“ – seine Fitness testen und Trainingsprinzipien vertiefen sowie Entspannungstechniken kennenlernen
48. „Fit und gesund“ – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern
49. Handball ohne Angst – Erlernen und oder Vertiefen von Grundtechniken im Handball

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

UV	BF	PP	Std.	BWK	MK	UK	IF (a)	IF (b)	IF (c)	IF (d)	IF (e)	IF (f)
41	7	E	10	1, 2, 3	1, 3	1, 2					1, 2, 3, 4	
42	3	A D	10	1, 2	2	1	1, 2			2, 3		
43	5	C	12	1, 2, 4	1, 2, 3	1, 2			1, 2, 3			
44	9	E A	10	1, 2	1, 2	1, 2	1, 2, 3				1, 2, 3	
45	6	B	12	1, 2, 3	1	1, 2		1, 2				
46	2	A E	10	2, 3	1	1						
47	1	ADF	6	.22, 1.3	1.1, 1.2	1.1, 1.2		1, 2		1, 2		2, 3
48	3	A F	6	1, 3	2	1	1					1, 2, 3
49	7	E C	10	1, 3	1, 2	1, 2			1		1, 3	

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	***Päd. Perspektive leitend/****ergän-zend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*E*	*9*	*10*		*41*

„Spielen wie die Profis" – Fußball regelkonform sowie individual, gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen spielen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.2, 7.3, 9 MK 7.1, 7.3, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (hier: Fußball)

Thema des UV (41):

„Spielen wie die Profis" – Fußball regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch angemessen spielen.

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte	- Kleinfeldspiele ausweiten zum 5	Gegenstände	unterrichtsbegleitend:

- Fußball-Techniken erlernen, vielfältig üben und anwenden - Vermittlung der grundlegenden Regeln, auch Regelveränderungen - Taktik 1:1, 2:2, 3:3, bis 5:5 in der Halle, auch Überzahlspiel - Finten <u>Fachbegriffe</u> - Passen (Doppelpass), Dribbling, Torschuss, Finte	gegen 5 - Übungsformen zu den Spieltechniken - Passübungen - Dribblingübungen - Torschussübungen - Einsatz von Skizzen zur Verdeutlichung von Raumwegen und Spielaufbau <u>Fachbegriffe</u> - Bewegungsbeschreibung - Stationen	- Angriffs- und Abwehrspiel im 1:2:1 (Raute), 2:2 und 2:1:1 - Wiederholung der technisch-koordinativen Fähigkeiten <u>Fachbegriffe</u> - Überzahl- und Unterzahlspiel - Bewegen ohne Ball - Mann- und Raumdeckung - Positionsspiel - Spiel gegen den Ball	- Kooperationsfähigkeit - Leistungsbereitschaft - Fairness <u>Punktuell:</u> - Spielen im Kleinspielfeld - Turnierformen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A D*	*9*	*10*		*42*

„Leichtathletisch mehrkämpfen" – einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf angemessen durchführen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.4

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Leistung (d)

- **Methoden zur Leistungssteigerung (2)**
- **Differenziertes Leistungsverständnis (relative und absolute, normierte und nicht normierte Leistungsmessung und -bewertung) (3)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Thema des UV (42):

„Leichtathletisch mehrkämpfen" – einen weiteren leichtathletischen Mehrkampf angemessen durchführen

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung

Erarbeitung wesentlicher Wettkampf-formen und Regeln Wettkampfregeln erläutern, einen Mehrkampf organisieren	Erarbeitung wesentlicher Wett-kampfformen und deren anschlie-ßende Erprobung durch Organisation und Durchführung eines Wettkamp-fes	leichtathletische Disziplinen	<u>unterrichtsbegleitend:</u> - Anstrengungsbereitschaft - Qualität der Organisation und Durchführung

Bewegungsfeld/Sportbereich: 5	***Päd. Perspektive lei-tend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Bewegen an Geräten – Turnen	*C*	*9*	*12*		*43*

Le Parcours – Wagnisreiche Situationen erleben und einschätzen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 5.3, 9 MK 5.2, 9 UK 5.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- eine turnerische/akrobatische Gruppengestaltung kooperationsorientiert entwickeln, einüben und präsentieren sowie dazu Ausführungs- und Gestaltungskriterien benennen (3)

Methodenkompetenz (MK)

- Bewegungsgestaltungen und –kombinationen zusammenstellen und präsentieren (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

Inhaltsfeld/er – inhaltliche Schwerpunkte: c 1, c 2, c 3,

Wagnis und Verantwortung (c)

- **Spannung und Risiko (1)**
- **Emotionen (z. B. Freude, Frustration, Angst) (2)**
- **Handlungssteuerung (u. a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung) (3)**

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 5 Bewegen an Geräten - Turnen

Thema des UV (43):

Le Parkour – Wagnisreiche Situationen erleben und einschätzen. (12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte	- Stationenlernen	Gegenstände	prozessbegleitend

- Erlernen von Parcourstechniken: Rollen, Präzisionssprünge, Sprünge über Hindernisse, Wandlauf … - Gestaltungs- und Ausführungskriterien erarbeiten - sich etwas zutrauen und ein Hindernis (z.B. Kasten) überwinden - sich in Wagnissituationen helfen und den Ablauf an Geräten sichern <u>Fachbegriffe</u> - Namen der Parcourstechniken - Sicherheitsstellung, Hilfeleistung - Parcours	- Erlernen und vertiefen normengebundener und normenungebundener Bewegungen an ausgewählten Geräten - Einzelsprünge demonstrieren, üben und korrigieren, Ausführungen beobachten und Gerät sichern - den sicheren Auf- und Abbau der Geräte einüben und beachten - Erlernen und Vertiefen unterschiedlicher Sicherheits- und Hilfestellungen in Partner- und Kleingruppenarbeit - Parcours durchlaufen	- „Überspringen" von Hindernissen (z.B. Querkasten) - Parcourstechnische Elemente - Grundlegende Bewegungsmerkmale ausgewählter Techniken - Gestaltung eines Parcours <u>Fachbegriffe</u> - Ausführungskriterien: Bewegungsqualität - Tempo	- Verhalten <u>Beobachtungskriterien</u> - verantwortungsbewusster/ sinnvoller Umgang mit Wagnissituationen - gegenseitige Hilfestellung - Anstrengungsbereitschaft <u>punktuell</u> - Präsentation ausgewählter Parcours-Elemente - Kriterien: Qualität der Bewegungsausführung, Körperspannung, Schwierigkeit, Tempo - Mindestanforderungen

Bewegungsfeld/Sportbereich: 9	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	*E A*	*9*	*10*		*44*

Zweikämpfe im Stand – Kontrollierend und kooperierend Werfen und Kämpfen

Kompetenzerwartungen: 6 BWK 9.1, 9.2, 6 MK 9.1, 9.2, 6 UK 9.1, 9.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

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

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport

Thema des UV (44):

Zweikämpfe im Stand – Kontrollierend und kooperierend Werfen und Kämpfen.

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Erarbeitung der grundlegenden Techniken und Fertigkeiten in Fallschule, Würfe und Fußtechniken - Regeln zum Zweikampfsport entwickeln, einhalten und als sinnvoll erleben - den Gegner als Partner achten, informelles Fairplay, Vertrauen aufbauen - gleiche Voraussetzungen für Zweikämpfe schaffen, bei körperlicher Überlegenheit Handicaps aufstellen Fachbegriffe - Regeln (Stoppregel…) - Fairplay und Beispiele - Handicap, Einsatzchancen bzw. Einsatznotwendigkeiten	- Lösungen zu vorgegebenen Zweikampfsituationen erproben in Partner- oder Gruppenarbeit auf Matten/Matteninseln - SuS fungieren als Schiedsrichter (Außenwahrnehmung des Kampfes) - SuS beobachten und erkennen Notwendigkeit Regeln und Handicaps aufzustellen - (schriftliches) Festhalten von Regeln Fachbegriffe - Regeln - Was ist Fairness? - Handicaps (Möglichkeiten und Abstufungen)	Gegenstände - Grundlegende Techniken: Falltechniken, Wurftechniken, Grifftechniken - Turnierformen durchführen (z.B. Sumo-Turnier, Handicap-Turnier, Poolnoodle-Turnier, Takeshis castle) - Regeln (z.B. nicht treten, spucken, kratzen, würgen, Schwitzkasten, beißen, schlagen, kitzeln, an den Haaren ziehen …) Fachbegriffe - Turnierformen und Regeln (s.o.) - Haltegriffe - Seonage/Ogoschi	prozessbegleitend: - Einsatzbereitschaft (motorisch und kognitiv) Beobachtungskriterien: - Motivation, Teilnahme am Unterrichtsgespräch - Einhalten von Regeln, Fairness - Qualität und Schwierigkeitsgrad der ausgeführten Bewegungen unter Beachtung der Ausführungskriterien punktuell - Turniersieger in der Turnierform Sumo-Turnier mit Handicapeinsatz - Techniktest - Standkampf

Bewegungsfeld/Sportbereich: 6	***Päd. Perspektive leitend/****ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***
Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungs-künste	*B*	*9*	*12*		*45*

Kunststücke mit dem Seil/Ball oder anderen Handgeräten – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 6.1, 6.2, 6.3, 9 MK 6.1, 9 UK 6.1, 6.2

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)

- **Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)**
- **Variationen von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) (2)**

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

Thema des UV (45):

Kunststücke mit dem Seil/Ball oder anderen Handgeräten – eine in Gruppen erarbeitete Choreographie präsentieren und bewerten

(12 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Gerät, Musik und Körper in Verbindung bringen - Erfahrungen im Umgang mit den Handgeräten Seil und Ball - Sich zur Musik rhythmisch bewegen - Bewegungen mit Geräten koordinieren - Einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben lösen, variieren neu erfinden und präsentieren, sowohl in Gruppen als auch alleine Fachbegriffe - Variation von Bewegungen - Bewegungen im Raum und auf der Stelle - Rhythmusschulung, Bewegungskoordination - Korrekte Handhabung von Geräten	Erlernen der richtigen Handhabung der Geräte - Entwicklung und Erprobung verschiedener Bewegungsformen und -techniken - Ortswechsel und Aufstellungen in der gruppe erarbeiten und miteinander verbinden - Verbesserung der Koordination und des Rhythmus - Erprobung unterschiedlicher Bewegungsvariationen, Entwicklung von Bewegungskriterien und Präsentation der Ergebnisse Fachbegriffe - Gerätehandhabung - Entwickeln / Erproben Präsentieren	<u>Gegenstände</u> - Rhythmusschulung - Grundtechniken der Handgeräte - Seil - Ball - andere Handgeräte <u>Fachbegriffe</u> - Diagonale - Vertikal - Horizontal - Rhythmus - Choreographie	<u>unterrichtsbegleitend</u> - Verantwortungsbewusstsein - Teamfähigkeit <u>punktuell</u> - Präsentation Choreographien - Schweregrad - Synchronität - Körperspannung - Bewegungsqualität - Kreativität

Bewegungsfeld/Sportbereich: 2	***Päd. Perspektive leitend****/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***

Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	*A E*	*9*	*10*		*46*

„Kultsportart aus einem anderen Land" – Baseball spielen und verstehen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 2.2, 2.3, 9 MK 2.1, 9 UK 2.1,

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

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

Methodenkompetenz:

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

Urteilskompetenz:

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

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

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

Thema des UV (46):

„Kultsportart aus einem anderen Land" - Baseball spielen und verstehen

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Baseball-Techniken erlernen, vielfältig üben und anwenden - Vermittlung der grundlegenden Regeln, auch Regelveränderungen - Ausrüstung - Aufwärmspiele - Werfen und Fangen - Brenn-Baseball - Softball - Baseball Fachbegriffe - Tee-Ball - Pitcher und Batter	- Referate zu fremden Kulturen und deren Spielgewohnheiten und -verhalten - Vorbereiten eines Handouts - GA zur Erprobung - Partnerübungen Fachbegriffe - Einzel- /Gruppenreferat - Handout - Methodenreflexion Fachbegriffe - Bewegungsbeschreibung - Stationen	Gegenstände - werfen/fangen - Baseballhandschuh - baseorientierte Spielsituationen -Angriff - Schlagen - Laufwege - Verteidigung - Regelkunde Fachbegriffe - Tee-Ball - Pitcher und Batter	unterrichtsbegleitend: - Kooperationsfähigkeit - Leistungsbereitschaft - Fairness Punktuell: - Spielen im Großspielfeld - Bewegungsausführung - Regelkunde - Fangtechniken

Bewegungsfeld/Sportbereich: 1	***Päd. Perspektive leitend**/ergänzend*	***Jahrg.-Stufe***	***Dauer des UV Std.***	***Vernetzen mit UV***	***Laufende Nr. der UV***

Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	*A D F*	*9*	*6*		*47*

„Wie werde ich besser?" – seine Fitness testen und Trainingsprinzipien vertiefen sowie Entspannungstechniken kennenlernen

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 1.2, 1.3, 9 MK 1.1, 1.2, 9 UK 1.1, UK 1.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz:

- ausgewählte Faktoren psycho-physischer Leistungsfähigkeit (u. a. Anstrengungsbereitschaft, Ausdauer) gemäß den individuellen Leistungsvoraussetzungen weiterentwickeln und dies in sportbezogenen Anforderungssituationen – auch unter Druckbedingungen – zeigen (2)
- eine komplexere Entspannungstechnik (z. B. progressive Muskelentspannung) ausführen und deren Funktion und Aufbau beschreiben (3)

Methodenkompetenz (MK)

- einen Aufwärmprozess nach vorgegebenen Kriterien zielgerichtet leiten (1)
- grundlegende Methoden zur Verbesserung psycho-physischer Leistungsfaktoren benennen, deren Bedeutung für den menschlichen Organismus unter gesundheitlichen Gesichtspunkten beschreiben sowie einen Handlungsplan für die Verbesserung dieser Leistungsfaktoren (u. a. der Ausdauer) entwerfen und umsetzen (2)

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Bewegungsgestaltung (b)

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

Leistung (d)

- **Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (1)**
- **Methoden zur Leistungssteigerung (am Beispiel ausgewählter Bewegungsfelder und Sportbereiche) (2)**

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen

Thema des UV (47):

„Wie werde ich besser?" - Seine Fitness testen und Trainingsprinzipien vertiefen sowie Entspannungstechniken kennenlernen

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Verschiedene Belastungsformen erleben (z. B. im Bereich der Ausdauer, der Kraft oder Schnelligkeit) Fachbegriffe - Ausdauer (Ermüdungswiderstand und Regenerationsfähigkeit) - Ausdauerarten - Bedeutung der Grundlagenausdauer - Kraft - Entspannungstechnik	- Gruppenarbeit zur Stärkung der Kooperationsfähigkeit - evtl. Bewegungstagebücher oder Skalen zur Selbsteinschätzung für die Dokumentation individueller Fortschritte Fachbegriffe - Bewegungstagebuch - Skalen zur Selbsteinschätzung	Gegenstände - Ausdauerarten (Kurz-, Mittel-, Langzeitausdauer - Grundlagenausdauer und deren Faktoren - Belastungsintensität - Regenerationsfähigkeit - Pulsschlag - Kraft - Entspannungstechnik	Unterrichtsbegleitend - Anstrengungsbereitschaft - Engagement im Rahmen der Gruppenarbeit - Führen des Bewegungstagebuchs

Bewegungsfeld/Sportbereich: 3	*Päd. Perspektive leitend/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*

Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	*A F*	*9*	*6*		*48*

„Fit und gesund" – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 3.3

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

- beim Laufen eine Langzeitausdauerleitung (LZA I bis 30 Minuten) gesundheitsorientiert – ohne Unterbrechung, in gleichförmigem Tempo, unter Berücksichtigung individueller Leistungsfähigkeit – erbringen (3)

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

Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)

- Wahrnehmung und Körpererfahrung (1)

Gesundheit (f)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik

Thema des UV (48):

„Fit und gesund" – ausdauerndes Laufen systematisch verbessern

(6 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- limitierende Faktoren der Ausdauer-leistungsfähigkeit – Was ist Ausdauer? - individuelle aerobe Belastungen wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit anpassen - Tempo an eigene Leistungsfähigkeit anpassen - Ausdauer trainieren – Ausdauer testen - Merkmale körperlicher Reaktionen kennen und auswerten - Individuelle Intensität mit Hilfe der Herzfrequenz ermitteln Fachbegriffe - aerob - Trainingsplanung, Umfang/Intensität	- Gelenktes Unterrichtsgespräch - Partnerschaftliches Lernen mit Hilfe eines Beobachtungsbogens (Selbst- und Fremdbeobachtung) - Unterschiedliche Strecken und individuelle körperliche Merkmale erfassen und auswerten - Schülervortrag, -demonstration der Methodik Fachbegriffe - Dauer-, Intervall-, Wiederholungs-, Wettkampfmethode - Beobachtungsbogen	- Dauerläufe im Stadion / Park mit zunehmender Streckenlänge - Zeitläufe (Halle/Stadion) - Pulsuhr Fachbegriffe - Aerobe Schwelle - Pulsfrequenz - Ruhe-/Arbeits-/Erholungspuls - Maximalpuls - Pulsgesteuertes Training - Laktat	unterrichtsbegleitend - Leitungsbereitschaft und aktive Mitgestaltung der Unterrichtsstunden - Durchhaltevermögen - Partnerarbeit - Systematische Verbesserung der Streckenlänge - Cooper-Test Punktuell - Streckenlänge beim 30-min.-Lauf erfassen, vergleichen, auswerten Beobachtungskriterien - Gleichmäßig in Laufstil / Tempo

Bewegungsfeld/Sportbereich: 7	*Päd. Perspektive* ***leitend****/ergänzend*	*Jahrg.-Stufe*	*Dauer des UV Std.*	*Vernetzen mit UV*	*Laufende Nr. der UV*
Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	*E C*	*9*	*10*		*49*

Handball ohne Angst – Erlernen und oder Vertiefen von Grundtechniken im Handball

Kompetenzerwartungen: 9 BWK 7.1, 7.3, 9 MK 7.1, 7.2, 9 UK 7.1, 7.2

Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)

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

Methodenkompetenz (MK)

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

Urteilskompetenz (UK)

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

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

Wagnis und Verantwortung (c)

- Spannung und Risiko (1)

Kooperation und Konkurrenz (e)

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

Absprachen der Fachkonferenz zu didaktisch-methodischen Entscheidungen: BF 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (hier: Handball)

Thema des UV (49):

Handball ohne Angst – Erlernen und oder Vertiefen von Grundtechniken im Handball

(10 Stunden)

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Technische Fertigkeiten (Dribbeln, passen, Werfen und Fangen) - Regelkunde - Individual- und Gruppentaktik - Variationen des Zielspiels	- Methodische Übungsreihe - Methodische Spielreihe - Partner- und Gruppenkorrektur - Lernen durch Lehren	**Gegenstände** - Schlagwurf - Sprungwurf - Fallwurf - 6m-Kreis - 9m-Kreis - Schrittregel - Finten - Deckungssysteme (Manndeckung, Raumdeckung - Spiel am Kreis	**unterrichtsbegleitend** - Aktive Beteiligung in den verschiedenen Unterrichtsphasen **punktuell** - Techniküberprüfung aus dem Bereich Werfen - kriteriengeleitete Spielüberprüfung - SuS beurteilen ihre Mitschüler kriteriengeleitet

5. Leistung und ihre Bewertung- Leistungskonzept

Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Leistungsfeststellung und Leistungsbewertung gehören unterrichtsimmanent zum Fach Sport. Sie beziehen sich auf die im Unterricht vermittelten Kenntnisse, Fähigkeiten und Fertigkeiten. Hierzu stellen Schülerinnen und Schüler zentrale Zusammenhänge grundlegender Wissensbereiche dar, erkennen die Funktion und Bedeutung vielseitiger Erfahrungen und sind in der Lage vorhandene und neu erworbene Fähigkeiten und Fertigkeiten miteinander zu verknüpfen. Dabei werden ihre Fähigkeiten und Fertigkeiten im Umgang mit Sprache, Wissen und Können situationsangemessen, zielorientiert und adressatengerecht überprüft und bewertet.

Grundlage der Leistungsbewertung sind alle im Zusammenhang mit dem Unterricht erbrachten Leistungen, das bedeutet für das Fach Sport der Sekundarstufe I sportmotorische und praktische Leistungen sowie mündliche Beiträge. Die Leistungen bei der Mitarbeit im Unterricht sind für die Beurteilung ebenso zu berücksichtigen wie die übrigen Leistungen. Leistungen, die Schülerinnen und Schüler im Rahmen von Angeboten an außerschulischen Lernorten erbringen, können in eine Leistungsbewertung einbezogen werden.

In die Beurteilung der Unterrichtsleistung gehen punktuelle Prüfungsformen und unterrichtsbegleitende Lernerfolgskontrollen ein, die den Leistungsstand in allen Kompetenzbereichen widerspiegeln. Den Schwerpunkt soll hierbei die Beurteilung der erreichten sportlichen Handlungsfähigkeit bilden. Der individuelle Lernfortschritt und die individuellen Lernvoraussetzungen sowie der Leistungsstand der Lerngruppe sollen bei der Notenfindung angemessen berücksichtigt werden.

Zur Leistungsfeststellung und -bewertung können verschiedene Formen genutzt werden. Die in der folgenden Tabelle aufgeführten Aufgabenarten bieten den unterrichtenden Lehrkräften die Möglichkeit, im Unterricht erworbene Bewegungsfertigkeiten und -fähigkeiten zu überprüfen, sie stellen Grundmuster dar, die auch kombinierbar sind. Die jeweiligen Aufgabenarten bieten sich in unterschiedlicher Ausprägung für die in den Rahmenvorgaben für den Schulsport in Nordrheinwestfalen aufgeführten Bewegungsfelder und Sportbereiche an (z.B. Aufgabenart 1 für Bewegungsfeld 3, Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik oder Aufgabenart 5 für Bewegungsfeld 6, Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste):

Aufgabenart	**Beschreibung der Aufgabenart**
Wettkampf gemäß Norm	Aufgaben, in denen sich die individuelle Leistung an zentralen Vorgaben in Form von Normwerten orientiert (z.B. Cooper-Test)
Wettkampfsituation	Aufgaben, in denen die sportliche Handlungsfähigkeit im Wettkampf oder in einer wettkampf-nahen/spielnahen Situation mit Gegnern nachgewiesen wird
Demonstration	Demonstration einer sportlichen Fertigkeit oder einer taktischen Variante nach vorgegebenen Kriterien in den jeweiligen Bewegungsfeldern, ggf. mit reflexiven Anteilen
situative Anwendung	Aufgaben, in denen Bewegungsfertigkeiten und -fähigkeiten in vorgegebenen Situationen angewendet werden, ggf. mit reflexiven Anteilen
Kooperation	Aufgaben, die die kooperative Leistung fordern, ggf. mit reflexiven Anteilen
Gestaltung	Aufgaben, die begründete Gestaltungsentscheidungen fordern
Planung	Aufgaben, in denen eine sportliche Handlungssituation geplant, vollzogen, auch für andere organisiert, ggf. begründet und dargestellt wird
Analyse	Aufgaben, in denen sportliche Handlungen vollzogen und analysiert werden sowie darauf aufbauend ein Handlungsplan erstellt wird

Die Formen der Leistungsbeurteilungen sind sowohl ergebnis- als auch prozessorientiert und erfolgen im Fach Sport mit einem deutlichen Übergewicht in der Sportpraxis.

Sonstige Leistungen

Gemäß Kernlehrplan an Gymnasien/ Gesamtschulen beinhaltet der Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“ punktuelle wie unterrichtsbegleitende Leistungen.

Der Bewertungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht/Sonstige Mitarbeit“ erfasst die im Unterrichtsgeschehen durch mündliche, schriftliche und ggf. praktische Beiträge sichtbare Kompetenzentwicklung der Schülerinnen und Schüler. Der Stand der Kompetenzentwicklung in der „Sonstigen Mitarbeit“ wird sowohl durch Beobachtung während des Schuljahres (Prozess der Kompetenzentwicklung) als auch durch punktuelle Überprüfungen (Stand der Kompetenzentwicklung) festgestellt.

Zu den punktuellen Überprüfungsformen gehören auch z. B. punktuelle Leistungsüberprüfung oder Kolloquien. Zu den unterrichtsbegleitenden Leistungen gehören auch Beiträge zur Unterrichtsgestaltung wie z. B. unterschiedliche Formen der selbstständigen und kooperativen Aufgabenerfüllung, zielgerichtetes und kooperatives Verhalten in Übungs- und Spielsituationen, Beiträge zum Unterricht insbesondere in Gesprächsphasen, Präsentationen (u. a. Referate) und von Schülerinnen oder Schülern vorbereitete Beiträge zum Unterricht (u. a. Protokolle, Lerntagebücher). Insbesondere unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfungen ermöglichen es, die Progression von Lernleistungen bei Schülerinnen und Schülern in ihrer Stetigkeit sowie in vielfältigen Handlungssituationen einzuschätzen und zu berücksichtigen.

Leistungsbeurteilung und –bewertung

Die Leistungsbeurteilung und -bewertung in der Sekundarstufe I erfolgt im Fach Sport ausschließlich im Beurteilungsbereich „sonstige Leistungen im Unterricht“. Dabei beziehen sich diese insgesamt auf die im unterrichtlichen Zusammenhang erworbenen Kompetenzen in allen Kompetenzbereichen und berücksichtigt unterschiedliche Formen der Lernerfolgsüberprüfung.

Dies sind verbindlich in der Sekundarstufe I:

- „Demonstration von Bewegungshandeln: Präsentationen technisch-koordinativer Fertigkeiten, psycho-physischer, taktisch-kognitiver sowie ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten.

- Fitness- und Ausdauerleistungstests im Sinne der Kompetenzerwartungen.
- Qualifikationsnachweise: Schwimmabzeichen in Bronze am Ende der Jahrgangsstufe 5, spätestens jedoch am Ende der 7; Leistungen des Sportabzeichens.
- Wettkämpfe: leichtathletische Mehrkämpfe (Bundesjugendspiele), Turniere.
- Beiträge zur Unterrichtsgestaltung: selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen; Mitgestaltung von Unterrichtssituationen, Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben, Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen.
- schriftliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Skizzen, Plakate, Tabellen, Kurzreferate, Stundenprotokolle, Übungs- oder Trainingsprotokolle, schriftliche Übungen, Lerntagebücher.
- mündliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch, Unterricht vor- und nachbereitende Kurzvorträge, Präsentationen.

Grundlagen der Notengebung im Bereich „sonstiger Mitarbeit“

Für die sachgerechte Notengebung ist die Festlegung von Gütemaßstäben unverzichtbar. Sie definieren klar, an welchen Merkmalen und Indikatoren der Grad der Leistungssteigerung erkennbar wird. Gütemaßstäbe bedürfen der Vereinbarung, z. B. durch die Fachkonferenz, die Lehrkraft in Absprache mit der jeweilige Lerngruppe.

Gütemaßstäbe für den Sportunterricht:

- Zeitminimierung (z. B. Sprint, Ausdauerlauf, Schwimmen)
- Distanzmaximierung (z. B. Weit- und Hochsprung, Kugelstoßen, Speerwerfen, Cooper-Test)
- Treffermaximierung (z. B. Punkte beim Badminton, Torschuss-(-wurf-)Spiele)
- Gestaltoptimierung (z. B. Gymnastik/ Tanz, Turnen)
- Positionserzwingung (z. B. Ringen und Kämpfen)

Darüber hinaus sind für eine sachgerechte Notengebung im Sportunterricht Bezugsnormen erforderlich, um Schülerleistungen (sach-)gerecht zu benoten.

Bezugsnormen für den Sportunterricht

- Die soziale Bezugsnorm ergibt sich aus dem Vergleich einer Schülerin oder eines Schülers mit anderen
- Schülerinnen und Schülern (z. B. einer Klasse, einer Jahrgangsstufe, alters-/geschlechterbezogen)
- Die individuelle Bezugsnorm prüft, wie sich die Leistung einer Schülerin oder eines Schülers im Verlaufe (z. B. von Beginn eines Unterrichtsvorhabens bis zum aktuellen Zeitpunkt, im Laufe eines Schuljahres, im Laufe einer Niveaustufe) eines festgelegten Zeitabschnittes verändert hat.
- Kombinationen verschiedener Gütemaßstäbe (z. B. Zeitminimierung und Treffermaximierung beim Biathlon)

Jeweils wird mit den Schülerinnen und Schülern geklärt, welche Bezugsnorm der Beurteilung zugrunde liegt oder das stärkere Gewicht hat: Ist es die soziale, die individuelle oder die kriteriengeleitete Bezugsnorm, oder finden Kombinationen der Bezugsnormen statt. Die Festlegung je Unterrichtsvorhaben erscheint vor allem dem Hintergrund der inhaltlichen und intentionalen Breite der Vorhaben sinnvoll.

Damit die Schülerinnen und Schüler auch ihre individuellen Stärken einbringen können, findet ein Wechsel verschiedener Beurteilungs- und Prüfungsformen statt.

Die konkreten Überprüfungsformen sind unter Berücksichtigung der ausgeführten Grundsätze in den Unterrichtsvorhaben-Karten aufgeführt.

6. Operatoren

Die Fachkonferenz stellt durch gezielt ausgewählte und verantwortungsvoll eingesetzte mündliche und schriftliche Übungen / Hausaufgaben sicher, dass die Fachlehrerinnen und -lehrer sowie Schülerinnen und Schüler ein gemeinsames Verständnis vom Kerninhalt der für die Sekundarstufe 1 und 2 grundlegenden Operatoren (der Definition) - unter Berücksichtigung des Anforderungsbereichs - und der für ihre Umsetzung sinnvollen Schrittfolge (der Methode) haben. Dazu trifft die Fachkonferenz eine Auswahl von Operatoren, die bis

zum Ende der Sekundarstufe I betont werden und durch schriftliche Übungen gesichert werden sollen.

Folgende Auswahl von Operatoren aus der Operatorenliste wird verbindlich bis zum Ende der Sekundarstufe I von der Fachkonferenz in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben festgelegt.

Operator	**AFB**	**Definition - Sekundarstufe I**
Benennen	I	ohne nähere Erläuterungen aufzählen
Beschreiben	I (- II)	einfache Strukturen, Sachverhalte oder Zusammenhänge unter Darstellen Verwendung der Fachsprache in eigenen Worten wiedergeben
Ein-/Zuordnen	I – II	einen Sachverhalt in einen konkreten Zusammenhang einfügen
Skizzieren	I – II	grundlegende Sachverhalte, Strukturen oder Ergebnisse kurz und übersichtlich (z.B. mit Hilfe von Diagramme, Abbildungen, Tabellen) beschreiben
Zusammenfassen	I – II	wesentliche Aussagen strukturiert wiedergeben
Analysieren	II	Unter gezielten Fragestellungen Ergebnisse darstellen
Anwenden/ Übertragen	II (- III)	einen bekannten Sachverhalt, eine bekannte Methode auf eine neue Problemstellung beziehen
Erklären	II (- III)	ein Phänomen oder einen Sachverhalt auf Gesetzmäßigkeiten zurückführen
Vergleichen / Gegenüberstellen	II (- III)	nach vorgegebenen oder selbst gewählten Gesichtspunkten oder Kriterien Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede ermitteln und gegenüberstellen
Auswerten	II (- III)	Arbeits- und Lernprozesse, Daten oder Einzelergebnisse in einer abschließenden Gesamtaussage zusammenfassen

Begründen	II – III	einen angegebenen Sachverhalt auf Gesetzmäßigkeiten zurückführen bzw. hinsichtlich Ursachen und Auswirkungen nachvollziehbar Zusammenhänge herstellen
Beurteilen	III	zu einem Sachverhalt ein selbstständiges Urteil unter Verwendung von Fachwissen und Fachmethoden auf Grund von ausgewiesenen Kriterien formulieren und begründen