



**Gebundene  
Ganztagsschule  
mit Deutsch-Englisch  
Bilinguaem Bildungsgang**

# **Schulinternes Curriculum SPORT für die Jahrgangsstufen 5 bis 10**

*Arbeitsstand: 23. Juni 2020*

## *Inhaltsverzeichnis*

|   |            |
|---|------------|
| <b>1. Aufgaben und Ziele des Faches Sport am EMG .....</b>                              | <b>3</b>   |
| 1.1 Inhaltsfelder.....  | 4          |
| 1.2 Inhaltliche Kerne der einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche .....             | 5          |
| 1.3 Zuordnung von Obligatorik und Freiraum in den Stufen 5 & 6 .....                    | 6          |
| 1.4 Zuordnung der Stundenanzahl zu den Bewegungsfeldern in den Stufen 5 und 6.....      | 7          |
| 1.5 Zuordnung von Obligatorik und Freiraum in den Stufen 7 - 10.....                    | 8          |
| 1.6 Zuordnung der Stundenanzahl zu den Bewegungsfeldern in den Stufen 7-10.....         | 9          |
| 1.7 Nachfragen?.....  | 10         |
| <b>2. Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen .....</b> | <b>11</b>  |
| <b>3. Konkrete Unterrichtsvorhaben für die Stufen 5-10 .....</b>                        | <b>15</b>  |
| 3.1 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 5.....                                   | 15         |
| 3.2 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 6.....                                   | 34         |
| 3.3. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 7.....                                  | 59         |
| 3.4. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 8.....                                  | 76         |
| 3.5. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 9.....                                  | 101        |
| 3.6. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 10.....                                 | 116        |
| <b>4. Individuelle Förderung im Sportunterricht .....</b>                               | <b>129</b> |
| <b>5. Leistung und ihre Bewertung .....</b>   | <b>129</b> |
| <b>Grundsätze der Leistungsbewertung im Sport .....</b>                                 | <b>129</b> |
| <b>Formen der Leistungsbewertung .....</b>  | <b>130</b> |
| <b>Normtabellen für einzelne Sportarten.....</b>  | <b>131</b> |
| <b>Leistungsbewertung sportunfähiger Schüler .....</b>                                  | <b>131</b> |
| <b>Außerunterrichtliche Leistungen.....</b>   | <b>132</b> |
| <b>6. Außerunterrichtliches Sportangebot am EMG .....</b>                               | <b>132</b> |

## 1. Aufgaben und Ziele des Faches Sport am EMG

Mit diesem vorliegenden schulinternen Lehrplan Sport wird der Kernlernplan Sport umgesetzt. Der Sportunterricht am Ernst-Mach-Gymnasium erfüllt die pädagogische Leitidee des Schulsports in Nordrhein-Westfalen (Rahmenvorgaben für den Schulsport, MSWF 2001: 33):

**Entwicklungsförderung durch Bewegung, Spiel und Sport**

**und**

**Erschließung der Bewegungs-, Spiel- und Sportkultur.**

Der schulinterne Lehrplan gibt die Obligatorik der zu vermittelnden Kompetenzen vor (ca. 2/3 der zur Verfügung stehenden Unterrichtszeit). Die Unterrichtsthemen des Freiraums (ca. 1/3 der zur Verfügung stehenden Unterrichtszeit) sollten dafür genutzt werden, die in der Obligatorik nicht eingeführten Inhalte zu unterrichten.

Auf der Fachkonferenz vom 01.10.2019 wurde beschlossen das Partnerspiel Badminton als Schwerpunktsportart zu unterrichten. Dementsprechend sollten die anderen Sportspiele (v.a. Basketball, Handball, Fußball) vertieft im Freiraum berücksichtigt werden. Falls in einer Jahrgangsstufe Unterricht gekürzt wird, sind die Kürzungen im Freiraum vorzunehmen.

In der gesamten Sek I wird koedukativ unterrichtet. Zurzeit erfolgt der Sportunterricht in der Jahrgangsstufe 6 vierstündig. In den Jahrgangsstufen 6 und 8 findet Schwimmunterricht statt.

## 1.1 Inhaltsfelder

Bewegungs- und sportbereichsübergreifende inhaltliche Schwerpunkte (vgl. KLP S. 28f.)

|   | Inhaltsfelder                                | Inhaltliche Schwerpunkte   |
|---|--|--|
| a | <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens</li> </ul> |
| b | <b>Bewegungsgestaltung</b>                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul>  |
| c | <b>Wagnis und Verantwortung</b>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung</li> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen</li> </ul>   |
| d | <b>Leistung</b>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport</li> <li>• Trainingsplanung und Organisation</li> </ul>  |
| e | <b>Kooperation und Konkurrenz</b>            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>   |
| f | <b>Gesundheit</b>                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder</li> </ul>  |

## 1.2 Inhaltliche Kerne der einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche

(vgl. KLP S. 33f.)

Sind verbunden mit den inhaltlichen Schwerpunkten und in den Kompetenzerwartungen aufgegriffen

|   | <b>Bewegungsfelder und Sportbereiche</b>                        | <b>Inhaltliche Kerne</b>  |
|---|---|---|
| 1 | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen        | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>   |
| 2 | Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele und Pausenspiele</li> <li>• Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>   |
| 3 | Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>   |
| 4 | Bewegen im Wasser – Schwimmen                                   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>   |
| 5 | Bewegen an Geräten – Turnen                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Akrobatik</li> </ul>  |
| 6 | Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)</li> </ul> |
| 7 | Spielen in und mit Regelstrukturen                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> <li>• weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>  |
| 8 | Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wintersport       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>   |
| 9 | Ringern und Kämpfen- Zweikampfsport                             | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>  |

### 1.3 Zuordnung von Obligatorik und Freiraum in den Stufen 5 & 6

Pro Schuljahr: 35 Schulwochen

#### Stufe 5

3-stündig                       $35 * 3 = 105$  Einzelstunden → 52 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik → min 35 Doppelstunden → schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum → min 17 Doppelstunden

#### Stufe 6

4-stündig                       $35 * 4 = 140$  Einzelstunden → 70 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik → ca. 47 Doppelstunden → schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum → ca. 23 Doppelstunden

Für die Erprobungsstufe gesamt:

122 Doppelstunden

- 82 Doppelstunden Obligatorik → schulinternes Curriculum
- 40 Doppelstunden Freiraum

## 1.4 Zuordnung der Stundenanzahl zu den Bewegungsfeldern in den Stufen 5 und 6

| Bewegungsfeld                |  | Anzahl der Doppelstunden |           |                 |
|------------------------------|--|--------------------------|-----------|-----------------|
|                              |  | Stufe 5                  | Stufe 6   | Erprobungsstufe |
| 1                            | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen     | 3                        | 4         | 7               |
| 2                            | Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                     | 4                        | 3         | 7               |
| 3                            | Laufen, Springen, Werfen- LA                                 | 6                        | 6         | 12              |
| 4                            | Bewegen im Wasser – Schwimmen                                | 0                        | 12        | 12              |
| 5                            | Bewegen an Geräten – Turnen                                  | 6                        | 6         | 12              |
| 6                            | Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gy/Tanz, Bewegungskünste      | 4                        | 4         | 8               |
| 7                            | Spielen in und mit Regelstrukturen                           | 7                        | 5         | 12              |
| 8                            | Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | 0*                       | 3         | 3               |
| 9                            | Ringens und Kämpfen  | 4                        | 4         | 8               |
| <b>Obligatorik insgesamt</b> |  | <b>35</b>                | <b>47</b> | <b>82</b>       |
| <b>Freiraum</b>              |  | <b>17</b>                | <b>23</b> | <b>40</b>       |
| <b>Gesamtstundenanzahl</b>   |  | <b>52</b>                | <b>70</b> | <b>122</b>      |

### Anmerkungen:

\*In der Stufe 5 findet während der Fahrten- und Projektwoche das Verkehrssicherheitstraining der Polizei statt.

Da im Bewegungsfeld 7 (Sportspiele) mit Schwerpunkt das ausgewählte Partnerspiel (Badminton) unterrichtet wird, werden weitere Sportspiele entsprechend der unten stehenden Tabelle unterrichtet.

| Stufe | Obligatorik              | Freiraum   |
|-------|--------------------------|--|
| 5     | Badminton<br>Tischtennis | Alle weiteren Sportspiele (z.B. Basketball, Handball, Fußball) |
| 6     | Badminton                |  |

## 1.5 Zuordnung von Obligatorik und Freiraum in den Stufen 7 - 10

### Stufe 7

3-stündig  $35 \cdot 3 = 105$  Einzelstunden  $\rightarrow$  52 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik  $\rightarrow$  34 Doppelstunden  $\rightarrow$  schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum  $\rightarrow$  18 Doppelstunden

### Stufe 8

3-stündig  $35 \cdot 3 = 105$  Einzelstunden  $\rightarrow$  52 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik  $\rightarrow$  34 Doppelstunden  $\rightarrow$  schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum  $\rightarrow$  18 Doppelstunden

### Stufe 9

3-stündig  $35 \cdot 3 = 105$  Einzelstunden  $\rightarrow$  52 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik  $\rightarrow$  34 Doppelstunden  $\rightarrow$  schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum  $\rightarrow$  18 Doppelstunden

### Stufe 10

2-stündig  $35 \cdot 2 = 70$  Einzelstunden  $\rightarrow$  35 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik  $\rightarrow$  23 Doppelstunden  $\rightarrow$  schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum  $\rightarrow$  12 Doppelstunden

Für die Mittelstufe

191 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik  $\rightarrow$  125 Doppelstunden  $\rightarrow$  schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum  $\rightarrow$  66 Doppelstunden



**1.6 Zuordnung der Stundenanzahl zu den Bewegungsfeldern in den Stufen 7-10**

| Bewegungsfeld                |  | Anzahl der Doppelstunden |            |           |           |             |
|------------------------------|--|--------------------------|------------|-----------|-----------|-------------|
|                              |  | Stufe 7                  | Stufe 8    | Stufe 9   | Stufe 10  | Mittelstufe |
| 1                            | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen     | 4                        | 3          | 4         | 3         | 14          |
| 2                            | Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                     | 3                        | 3          | 0         | 0         | 6           |
| 3                            | Laufen, Springen, Werfen- LA                                 | 5                        | 5          | 5         | 4         | 19          |
| 4                            | Bewegen im Wasser – Schwimmen                                | 0                        | 12         | 0         | 0         | 12          |
| 5                            | Bewegen an Geräten – Turnen                                  | 5                        | 4          | 5         | 4         | 18          |
| 6                            | Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gy/Tanz, Bewegungskünste      | 4                        | 4          | 5         | 4         | 17          |
| 7                            | Spielen in und mit Regelstrukturen                           | 8                        | 8          | 10        | 8         | 34          |
| 8                            | Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | *                        | 4          | 0         | 0         | 4           |
| 9                            | Ringern und Kämpfen  | 5                        | 3          | 5         | 0         | 13          |
| <b>Obligatorik insgesamt</b> |  | <b>34</b>                | <b>46</b>  | <b>34</b> | <b>23</b> | <b>137</b>  |
| <b>Freiraum</b>              |  | <b>18</b>                | <b>6**</b> | <b>18</b> | <b>12</b> | <b>54</b>   |
| <b>Gesamtstundenzahl</b>     |  | <b>52</b>                | <b>52</b>  | <b>52</b> | <b>35</b> | <b>191</b>  |

Anmerkungen:

\*In der Sportkompaktwoche findet ein breites Angebot in Bewegungsfeld Gleiten, Fahren, Rollen (Waveboard, Inliner, Rudern, Kanu) statt.

\*\* Der zusätzliche Schwimmunterricht wird aus dem Freiraum entnommen.

Da im Bewegungsfeld 7 (Sportspiele) mit Schwerpunkt das ausgewählte Partnerspiel (Badminton) unterrichtet wird, werden weitere Sportspiele entsprechend der unten stehenden Tabelle unterrichtet.

| Stufe | Obligatorik               | Freiraum   |
|-------|---------------------------|--|
| 7     | Badminton<br>Tchoukball   | Alle weiteren Sportspiele (z.B. Basketball, Handball, Fußball) |
| 8     | Badminton<br>Volleyball   |  |
| 9     | Badminton<br>Volleyball   |  |
| 10    | Badminton<br>Endzonenball |  |

## 1.7 Nachfragen?

| Bewegungsfeld  | Erarbeitung für Stufen 5 & 6 durch:              | Erarbeitung für Stufen 7 - 10 durch:   |
|--|--|--|
| Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen     | Sandra Hembach<br>Kristina Würminghausen         | Benedikt Arz<br>Svenja Hügel<br>Maren Mayer  |
| Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                     | Alexander Jedosch<br>David Klinke                | Alexander Jedosch<br>David Klinke  |
| Laufen, Springen, Werfen- LA                                 | Sandra Hembach<br>Kristina Würminghausen         | Sandra Hembach<br>Klaudia Kwickert<br>Kristina Würminghausen   |
| Bewegen im Wasser – Schwimmen                                | Jan Hötzel<br>Henry Sommer                       | Jan Hötzel   |
| Bewegen an Geräten – Turnen                                  | Jonas Arbeiter<br>Anna Mehlich<br>Jens Michaelis | Anna Mehlich<br>Björn Schmuck  |
| Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gy/Tanz, Bewegungskünste      | Anna Mehlich                                     | Dorothee Behr<br>Anna Mehlich  |
| Spielen in und mit Regelstrukturen                           | Alexander Jedosch<br>David Klinke                | <u>Badminton:</u><br>Jonas Arbeiter<br>Jens Michaelis<br><u>Tchoukball &amp; Endzonenspiel:</u><br>Alexander Jedosch<br>David Klinke |
| Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport | Anna Mehlich                                     | Jan Hötzel   |
| Ringern und Kämpfen  | Jonas Arbeiter<br>Jens Michaelis                 | Jonas Arbeiter<br>Jens Michaelis   |

## 2. Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen

| <b>Stufe 5</b>  | <b>Nr. des UV</b>         |
|---|---------------------------|
| <i>Warm up – cool down – Grundlegende Aufwärm- und Entspannungstechniken kennenlernen, anleiten und reflektieren</i>  | <i>Wahrnehmen 1</i>       |
| <i>Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß? – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)erfinden</i> | <i>Spiele entdecken 1</i> |
| <i>„Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben</i>  | <i>Leichtathletik 1</i>   |
| <i>Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen</i>  | <i>Turnen 1</i>           |
| <i>Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen - Hip-Hop, Jumpstyle und co.</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 1</i>   |
| <i>Von der Ball- und Schlägergewöhnung über grundlegendes Spielverständnis im Tischtennis zur erfolgreichen Teilnahme am Milchcup-Turnier.</i>                              | <i>Tischtennis 1</i>      |
| <i>Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen – Über technische Fertigkeiten zum Spiel</i>   | <i>Badminton 1</i>        |
| <i>Verkehrssicherheitstraining mit dem Fahrrad</i>  | <i>Gleiten 1</i>          |
| <i>„Vielfältig und fair“ – allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen</i>   | <i>Kämpfen 1</i>          |
| <b>Stufe 6</b>  |                           |
| <i>„Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben</i>                   | <i>Wahrnehmen 2</i>       |
| <i>Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und – fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden</i>  | <i>Spiele entdecken 2</i> |
| <i>„Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</i>               | <i>Leichtathletik 2</i>   |

|  |                           |
|--|---------------------------|
| <i>„Ohne Angst im Wasser“ - Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen</i>   | <i>Schwimmen 1</i>        |
| <i>„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen einer Wechselzugtechnik</i>  | <i>Schwimmen 2</i>        |
| <i>„Springen und Tauchen ohne Angst und Übermut“ - Vielfältige Sprünge und Orientierung unter Wasser</i>   | <i>Schwimmen 3</i>        |
| <i>„Ich halte durch“ - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können</i>  | <i>Schwimmen 4</i>        |
| <i>Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher turnen</i>   | <i>Turnen 2</i>           |
| <i>„Basic Tricks mit Seil und Partner“ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 5 Sprungvarianten und 2 Tricks kombinieren und demonstrieren</i> | <i>Gymnastik/Tanz 2</i>   |
| <i>Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Partnerspiel (Badminton) taktisch sicher und regelgerecht bewältigen</i>  | <i>Badminton 2</i>        |
| <i>Sicher mit dem Waveboard – Erlernen einer angepassten Technik auf dem Waveboard und deren Anwendung in Spielformen</i>  | <i>Gleiten 2</i>          |
| <i>Ringern und Raufen – Typische Zweikampfsituationen lösen und verantwortungsbewusst kämpfen: Halten und Befreien</i>   | <i>Kämpfen 2</i>          |
| <b><u>Stufe 7</u></b>  |                           |
| <i>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</i>  | <i>Wahrnehmen 3</i>       |
| <i>Merkmale von Spielen aus anderen Kulturen erproben, variieren und reflektieren</i>  | <i>Spiele entdecken 3</i> |
| <i>„Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen</i>   | <i>Leichtathletik 3</i>   |
| <i>Akrobatik – Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik unter Berücksichtigung der Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeit sowie der Sozialerfahrung.</i>                                 | <i>Turnen 3</i>           |
| <i>Jumpstyle – Erarbeitung einer Minichoreographie mit Basic's (Vorjump, Basic Jump, The Hook Jump, ½ Turn Jump, Tip left and right Jump, Tip front and back Jump s. Anlage)</i>             | <i>Gymnastik/Tanz 3</i>   |

|   |                           |
|---|---------------------------|
| <i>Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken: kurzer Rückhand-Aufschlag</i>   | <i>Badminton 3</i>        |
| <i>Gemeinsam vielfältige Möglichkeiten des Tchoukballspiels erarbeiten und reflektieren</i>   | <i>Tchoukball</i>         |
| <i>In der Sportkompaktwoche findet ein breites Angebot in Bewegungsfeld Gleiten, Fahren, Rollen (Waveboard, Inliner, Rudern, Kanu) statt...</i>   | <i>Gleiten 3</i>          |
| <i>Ringern und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Fallschule und Fußwürfe</i>  | <i>Kämpfen 3</i>          |
| <b>Stufe 8</b>  |                           |
| <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Ausdauertrainings kennen und anwenden sowie eine weitere Entspannungstechnik kennenlernen</i> | <i>Wahrnehmen 4</i>       |
| <i>„Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln</i>                                       | <i>Spiele entdecken 4</i> |
| <i>„Wie stoße ich eine Kugel wirklich weit?“ – Eine individuell optimale Kugelstoßtechnik entwickeln</i>  | <i>Leichtathletik 4</i>   |
| <i>„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen und Üben einer Gleichzugtechnik</i>   | <i>Schwimmen 5</i>        |
| <i>„Hiilife!“ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten</i>  | <i>Schwimmen 6</i>        |
| <i>„Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser</i>  | <i>Schwimmen 7</i>        |
| <i>Felgbewegungen – an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen</i>   | <i>Turnen 4</i>           |
| <i>Jumpstyle – Fortsetzung und Vertiefung einer Gruppengestaltung</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 4</i>   |
| <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Smash</i>   | <i>Badminton 4</i>        |
| <i>„Volley“ spielen – Anbahnung einer volleyballspezifischen Spielfähigkeit im Kleinfeld</i>  | <i>Volleyball 1</i>       |
| <i>Sicher mit Inline-Skates das Fahren und Rollen erleben</i>   | <i>Gleiten 4</i>          |
| <i>Ringern und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Hüftwürfe</i>  | <i>Kämpfen 4</i>          |

| <b>Stufe 9</b>  |                         |
|---|-------------------------|
| <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Krafttrainings kennen und anwenden</i>  | <i>Wahrnehmen 5</i>     |
| <i>Wir wollen hoch hinaus – Von ersten Sprungerfahrungen zum Schersprung</i>  | <i>Leichtathletik 5</i> |
| <i>Ich zeige, was ich kann – turnerische Bewegungsfertigkeiten an zwei ausgewählten Turngeräten (z.B. Boden, Barren/ Reck, Ringe, Schwebebalken und Kästen) für die Gestaltung einer individuellen oder auch Partner-Kür.</i> | <i>Turnen 5</i>         |
| <i>Wir inszenieren Geschlechterklischees</i>  | <i>Gymnastik/Tanz 5</i> |
| <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Drop</i>  | <i>Badminton 5</i>      |
| <i>Volleyball als Mannschaftsspiel - „Grundlegende Möglichkeiten der Spielorganisation im Spiel 4:4“ kennenlernen und anwenden</i>  | <i>Volleyball 2</i>     |
| <i>Ringern und Kämpfen - Erweiterung von Bewegungserfahrungen in der Zweikampfsportart Judo durch Haltegriffe am Boden</i>  | <i>Kämpfen 5</i>        |
| <b>Stufe 10</b>   |                         |
| <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigenen motorischen Fähigkeiten testen und Grundprinzipien des Koordinationstrainings kennen und anwenden</i>   | <i>Wahrnehmen 6</i>     |
| <i>Wir wollen hoch hinaus – Vom Schersprung zum Fosbury-Flop</i>  | <i>Leichtathletik 6</i> |
| <i>Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden</i>  | <i>Turnen 6</i>         |
| <i>BallKoRobics – selbstständige Erarbeitung und Präsentation einer BallKoRobics-Gruppenchoreographie</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 6</i> |
| <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Taktische Verhaltensweisen im Doppel</i>   | <i>Badminton 6</i>      |
| <i>Endzonenspiele: Ultimate Frisbee entwickeln und Flag Football als weiteres Endzonenspiel vertiefend erproben</i>   | <i>Endzonenball 1</i>   |

### 3. Konkrete Unterrichtsvorhaben für die Stufen 5-10

Die Fachschaft Sport hat für alle Jahrgangsstufen sowie für alle Bewegungsfelder und Sportbereiche Unterrichtsvorhaben entwickelt, die einen kontinuierlichen und vertieften Aufbau von Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen.

#### 3.1 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 5

| Stufe 5   | Nr. des UV                |
|---|---------------------------|
| <i>Warm up – cool down – Grundlegende Aufwärm- und Entspannungstechniken kennenlernen, anleiten und reflektieren</i>  | <i>Wahrnehmen 1</i>       |
| <i>Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß? – verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)erfinden</i> | <i>Spiele entdecken 1</i> |
| <i>„Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben</i>  | <i>Leichtathletik 1</i>   |
| <i>Rolle, Handstand, Rad – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen</i>  | <i>Turnen 1</i>           |
| <i>Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen - Hip-Hop, Jumpstyle und co.</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 1</i>   |
| <i>Von der Ball- und Schlägergewöhnung über grundlegendes Spielverständnis im Tischtennis zur erfolgreichen Teilnahme am Milchcup-Turnier.</i>                              | <i>Tischtennis 1</i>      |
| <i>Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen – Über technische Fertigkeiten zum Spiel</i>   | <i>Badminton 1</i>        |
| <i>Verkehrssicherheitstraining mit dem Fahrrad</i>  | <i>Gleiten 1</i>          |
| <i>„Vielfältig und fair“ – allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen</i>   | <i>Kämpfen 1</i>          |

#### Besonderheiten für die Arbeit in der Jahrgangsstufe 5:

*In der Stufe 5 findet während der Fahrten- und Projektwoche das Verkehrssicherheitstraining der Polizei statt.*

| Jahrgangsstufe: 5   | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 1.1 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b><br/> <i>Warm up und cool down – Grundlegende Aufwärm- und Entspannungstechniken kennenlernen, anleiten und reflektieren</i></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB:</b><br/> <i>1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/>                     Leitend:<br/>                     a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br/>                     Ergänzend:<br/>                     f Gesundheit</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a.1)</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f.1)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f.2)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br/> <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen. [6 BWK 1.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br/> <b>SK</b><br/>                     ... unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a.1]<br/> <b>MK--</b><br/> <b>UK</b><br/>                     ... körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f.1]</p> |                              |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|--|--|---|---|
| <p><b>Inhalte</b><br/>Kriterien allg. Aufwärmens:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hohe Bewegungsintensität</li> <li>- Alle S beteiligt</li> <li>- Kontinuierliche Bewegung</li> </ul> <p>Ziel: aufgewärmt aber nicht überhitzt</p> <p>Neue als auch bekannte Lauf- und Fangspiele</p> | <p>Arbeit in Kleingruppen:<br/>Spiel überlegen und anleiten, mit Begründung, warum das Spiel gewählt wurde</p> | <p><b>Gegenstände</b><br/>Spiele: Fangspiele, Laufspiele<br/>Eine Entspannungstechniken:<br/>Phantasiereise, Ballmassage, Pizza Backen, ...</p> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>Warm up/ Cool down<br/>Entspannen<br/>Herz-Kreislaufsystem<br/>Puls messen</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Beobachungskriterien:<br/>Aufwärmspiele hinsichtlich der Eignung bewerten<br/>Reflexion der Entspannungstechnik</p> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachungskriterium:<br/>In der Kleingruppe ein Aufwärmspiel anleiten (je nach zur Verfügung stehender Zeit)</p> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 5   | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 2.1 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden</b></p>  |   |                              |
| <p><b>BF/SB: 2</b><br/>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er): E</b><br/>Kooperation und Konkurrenz</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten</li> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen</li> <li>• unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen.</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern.</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren,</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|--|---|--|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kriterien und Prinzipien für ein gutes Spiel entwickeln</li> </ul> <p>Mögliche Schülerprinzipien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sollen Spaß machen</li> <li>- Mannschaften spielen gegeneinander</li> <li>- Wettkampfgedanke</li> <li>- Regeln müssen vereinbart werden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kreativität</li> <li>- Wettkampf/ Fair Play</li> </ul> | <p>Gruppenarbeit (Erfahrungen bei der Gruppenarbeit austauschen sowie Probleme bei der Findung von Spielen besprechen und Lösungen finden)</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Spielfeld</li> <li>- Spieleskartei</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Die SchülerInnen erarbeiten ihre Gruppenspiele, indem sie:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- mögliche Spielideen, Regeln... aus der Spieleskartei ziehen</li> <li>- ihre Materialien organisieren</li> <li>- ihre Spiele ausprobieren und optimieren</li> <li>- Spielidee, Regeln...schriftlich fixieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe: s.o.</b></p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Überarbeitung und Veränderung der Spiele je nach Bedarf.</p> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbarkeit</li> <li>- Kreativität</li> <li>- Spaßfaktor</li> <li>- Partizipationsfähigkeit aller...</li> <li>- evtl. Überarbeitung der Spiele</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p><b>Beobachtungskriterium:</b></p> |

Weitere Materialien/ Tipps: [www.sportunterricht.de](http://www.sportunterricht.de)

| Jahrgangsstufe: 5  | Dauer des UVs: 6   | Nummer des UVs im BF/SB: 3.1 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“</b> – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben</p>  |  |                              |
| <p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben von sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>  | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|---|--|---|--|
| <p>- Erlernen leichtathletischer Disziplinen (Lauf, Wurf, Sprung) in ihrer Grobform:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen: Sprinten aus dem Hochstart, Schulung der Schrittfrequenz</li> <li>• Sprung: Reduktion auf Absprungzone, Zielform „Schrittsprung“</li> <li>• Wurf: Schwerpunkt Schlagwurfbewegung („Nacheinander von Schulter-, Ellenbogen- und Handgelenk“) aus der Wurfauslage</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Bewegungsphasen bzw. Gliederung von Bewegung</p> | <p>Wechsel von induktiven (z.B. Erprobung und Vergleich vielfältiger Laufformen) und deduktiven Verfahren (z.B. Zielform Schrittsprung wird in einzelne Phasen zerlegt)</p> <p>Erproben von Laufübungen (z.B. Nummerläufe, Linienläufe, etc.)</p> <p>Reaktionsspiele, Staffeln</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Startkommando</p> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>50m Sprint inkl. Hochstart<br/>Schlagwurf aus dem Stand<br/>Schrittwertsprung aus Absprungzone<br/>Umgang mit Start- und Messgeräten (Klappe, Stoppuhr, Maßband)</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Lauf ABC</p> <p>Wurf ABC</p> <p>Sprung ABC</p> <p>Sprint, Schlagwurf, Schrittwertsprung</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u><br/>Bewegungsphasen Sprung und Wurf benennen und beschreiben</p> <p>Merkmale des Sprints kennen und erkennen („Ballen- vs. Fersenlauf“)</p> <p>Bewegungsausführung</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <p>Sprachliche Qualität, Verwendung von Fachbegriffen</p> <p>Motorische Qualität, individuelle Verbesserung</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Vergleichskriterium<br/>Sportabzeichentabelle</p> |

| Jahrgangsstufe 5:   | Dauer des UVs: 6   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.1 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b><br/> <i>Rolle, Handstand, Rad</i> – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen</p>   |  |                              |
| <p><b>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</b></p>  | <p><b>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p>   |                              |
| <p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Springen und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Klettertaue, Barren, Bank, Kasten) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</li> <li>• grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden und nutzen [6 BWK 1.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen                             | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|--|---|---|---|
| Turnen am Boden mit den Elemente Rolle, Handstand, Rad | <ul style="list-style-type: none"> <li>- vom Leichten zum Schweren</li> <li>- Übungen (Stationenlernen) zur Körperspannung</li> <li>- Übungen (Stationenlernen) zum vielfältigen Rollen</li> <li>- von der Rolle zum Handstand zum Rad</li> <li>- Rolle vw (bei Zeit: rw)</li> <li>- Handstand in Partnerarbeit durch Geräteunterstützung</li> <li>- Rad erst wenn Handstand beherrscht wird</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperspannung als Voraussetzung für turnerische Grundelemente</li> <li>- Wichtigkeit korrekt ausgeführter Helfergriffe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schlusstand</li> <li>- Bewegungsrichtung</li> <li>- Körperspannung</li> <li>- Körperachsen</li> <li>- Stützen, schulterbreit</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- individuelle Verbesserung</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Turnkür bestehend aus: Rolle vorwärts, ½ Drehung, Handstand, Rad</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsfluss</li> <li>- Verbindungselemente</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 5   | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 6.1 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen - Hip-Hop, Jumpstyle und co.</b></p>  |  |                              |
| <p><b>BF/SB:6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/><b>b – Bewegungsgestaltung</b></p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]/ Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern [a]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (Gymnastik oder Tanz) in der Gruppe anwenden</li> <li>• einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder aktuelle (<b>Modetanz</b>) tänzerische Kompositionen präsentieren [6 BWK 6.2]</li> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und –formationen anwenden und beschreiben</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b 2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b 2]</li> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und –formationen anwenden und beschreiben</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1]</li> </ul> |                              |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|--|--|---|
| <p>Mögliche Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmuschulung: Bewegung der Musik anpassen (sich im Rhythmus der Musik frei bewegen, klatschen, stampfen)</li> <li>• eine einfache Tanzschrittfolge eines vorgegebenen Tanzes (z.B. Hip-hop, Jumpstyle) aufnehmen und sich in der Gruppe synchron bewegen (mit oder ohne Handgerät)</li> <li>• Tanzschritte und Tanzfiguren verbinden und zu einer Kleingruppengestaltung gelangen</li> <li>• Erlernen und Festigen eines Bewegungsablaufs zu den vorgegebenen Grundformen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vormachen – nachmachen Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Verständigung über Organisation in der Gruppe, Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Kriterienorientierte Reflexion und Benennung von Bewegungsmerkmalen</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>wesentliche Bewegungskriterien einer Choreographie benennen können, wie z.B.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bewegungsqualität und Bewegungsausführung</li> <li>– Gestaltungskriterien (Raum, Ausdruck, Zeit)</li> <li>– Synchronität</li> <li>– Zählzeit</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausdauerndes Üben</li> <li>• Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe</li> </ul> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <p>punktuell:<br/>Bewegungsqualität</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Rhythmusicherheit</li> <li>• Anpassung an den Partner</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

|   |                                   |  |
|---|-----------------------------------|--|
| <p><b>Jahrgangsstufe 5:</b></p>   | <p><b>Dauer des UVs: 3 DS</b></p> | <p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b></p>   |
| <p><b>Thema des UV:</b><br/> <i>Von der Ball- und Schlägergewöhnung über grundlegendes Spielverständnis im Tischtennis zur erfolgreichen Teilnahme am Milchcup-Turnier.</i></p>   |                                   |  |
| <p><b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b></p>   |                                   | <p><b>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>  |
| <p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Tischtennis)</li> </ul>  |                                   | <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>   |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [BWK 7.1]?</li> <li>in dem ausgewählten Partnerspiel Tischtennis grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden</li> </ul> |                                   | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Merkmale für faires und kooperatives sportliches Handeln benennen [SK e1]</li> <li>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren im Tischtennis beschreiben. [SK e2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul> |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ball- und Schlägergewöhnung</li> <li>- Spieleröffnung durch den Vorhand-Aufschlag (nach vereinfachten Regeln – z.B. Ballhochwurf von 16cm nicht erforderlich)</li> <li>- Vor- und Rückhandschläge</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ball- und Schlägergewöhnung ohne Tischtennistische</li> <li>- gemeinsamer und sachgemäßer Aufbau der Tische, um auf Gefahrenquellen und sorgfältigen Umgang mit den Materialien hinzuweisen</li> <li>- „output-orientierte“ Übungen (Gegenstände auf der anderen Tischseite treffen, möglichst nah über das Netz spielen etc.)</li> <li>- viele Tische aufbauen, um oft wechselnde Gegner zu haben (Turnierformen)</li> <li>- Rundlauf (nach Milchcup-Regeln)</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielsituationen, die Vor- bzw. Rückhandschläge erfordern</li> <li>- Tischtennisregeln (Einzel)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Shakehand-Haltung</li> <li>- Vorhand-Schlag</li> <li>- Rückhand-Schlag</li> <li>- Spiel, Satz, Gewinnsätze</li> <li>- Rally-Point-Zählweise</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- individuelle Verbesserung</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- z.B. Einzel-Turnierform (Kreuzchenturnier) oder Rundlauf-Turnier in Mixed-Teams</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technik, Taktik</li> <li>- Regelkenntnisse</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: [Sportiv](#) – Tischtennis (KLETT Verlag)

| Jahrgangsstufe: 5  | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 7.2 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen – Über technische Fertigkeiten zum Spiel</p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB: 7</b><br/>Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leitend: A</li> <li>• ergänzend: E</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (A)</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (A)</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (E)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden,</li> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten,</li> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch situationsorientierten Handlungen anwenden.</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen,</li> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|---|---|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erlernen der Griffhaltung (Universalgriff + Rückhandgriff)</li> <li>- Erlernen der Schwungschleife</li> <li>- Erlernen des hohen Aufschlags (Vorhand)</li> <li>- Erlernen des Vorhand-Unterhand-Clears</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Universalgriff</li> <li>- Schwungschleife</li> <li>- Spielformen (1:1; 2:2)</li> <li>- Zählsystem</li> <li>- hoher Aufschlag</li> <li>- Clear</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner- und Kleingruppenarbeit</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partnerarbeit</li> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Spielfeld, Federball, Schläger</li> <li>- Grundstellung</li> <li>- Treffbereiche</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschläge (Übungsformen zum Erlernen einzelner Grundtechniken z.B. Aufschlag, Clear)</li> <li>- Spielsystem 1:1</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>s.o.</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation der Grundtechniken</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5   | Dauer des UVs: 5-6  | Nummer des UVs im BF/SB: 8.1 |
|---|---|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Projekt/ Verkehrssicherheitstraining mit dem Fahrrad</b>   |   |                              |
| <b>BF/SB:8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport / Wintersport</b>  | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br>f - Gesundheit   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Das Mobilitäts- und Verkehrssicherheitstraining wird während der Fahrten- und Projektwoche von der Polizei für alle fünften Klassen durchgeführt. Schwerpunkt ist sicherer Schulweg mit dem Fahrrad.</li> </ul> | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unfallgefahr</li> <li>Richtiges Verhalten im Straßenverkehr</li> <li>Praktische Fahrradprüfung um den Kreisverkehr an der Bonnstraße.</li> </ul>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>... sich mit dem Fahrrad fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.</li> </ul>                     | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gefahrenmomente beim Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen | Gegenstände/ Fachbegriffe | Leistungsbewertung                         |
|--|----------------------------|---------------------------|--|
| <p><b>Inhalte</b><br/>                     Das Mobilitäts- und Verkehrssicherheitstraining wird während der Fahrten- und Projektwoche von der Polizei durchgeführt für alle fünften Klassen durchgeführt. Schwerpunkt ist der Schulweg mit dem Fahrrad.<br/>                     Es gliedert sich in drei Teile<br/>                     Inhaltliche Vorbesprechung<br/>                     Praktische Fahrradprüfung um den Kreisverkehr an der Bonnstr.<br/>                     Reflexion</p> <p>Eine abweichende Schwerpunktsetzung kann in Absprache gelegt werden</p> |                            |                           | <p>Es erfolgt keine Leistungsbewertung</p> |

Weitere Materialien/ Tipps: Ansprechpartnerin für die Verkehrserziehung ist Frau Mehlich

| Jahrgangsstufe 5:   | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 9.1 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: „Vielfältig und fair“</b> – allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen</p>  |  |                              |
| <p><b>BF/SB: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>  | <p><b>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche Schwerpunkt:</b> Interaktion im Sport [e]</p>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, <u>normungebunden</u> mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeld-spezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten (z.B. als Mattenrichter)</li> </ul> |                              |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|---|---|--|
| <p>Spiele zu Vertrauen und Kooperation, um den Körperkontakt in Kampfsituationen anzubahnen</p> <p>Variantenreiche Gruppen- und Partnerkämpfe im Stand, im Sitz, am Boden</p> <p>Kämpfe um Gegenstände (z.B. Medizinbälle, Wäscheklammern), um Raum, um eine Körperposition, um Gleichgewicht</p> <p>Einführung in eine Technik: z.B. aus dem Vierfüßerstand in die Rückenlage drehen:</p> <p>Technikmerkmale</p> | <p>Regeln (auf einem Plakat fixieren) und Rituale (Starritual und Stoppsignal) gemeinsam erarbeiten und einhalten (bei jedem Kampf gibt es eine/n verantwortlichen Mattenrichter/in)</p> <p>selbstständig Kämpfe organisieren</p> <p>Kämpfe mit einem festen Partner, mit fortlaufend wechselndem Partner (z.B. in Form eines Kaiserturniers)</p> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Werden die erarbeiteten Regeln eingehalten?</p> <p>→ geregeltes Kämpfen im Vergleich zu Gewalt</p> <p>Möglichkeit Gefühle unmittelbar nach einer Kampfsituation äußern zu können</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Tori (Angreifende/r)</p> <p>Uke (Verteidigende/r)</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft in Kampfsituationen</p> <p>Regeleinhaltung</p> <p>Bereitschaft gegen wechselnde Partner/innen zu kämpfen</p> |

Weitere Materialien/ Tipps: Materialien: <http://www.sichere-schule-nrw.de/sport/kaempfen/kis/pdf/kis.pdf>

### 3.2 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 6

| Stufe 6  | Nr. des UV                |
|--|---------------------------|
| <i>„Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben</i>                                    | <i>Wahrnehmen 2</i>       |
| <i>Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und – fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden</i>   | <i>Spiele entdecken 2</i> |
| <i>„Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</i>                                | <i>Leichtathletik 2</i>   |
| <i>„Ohne Angst im Wasser“ - Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen</i>   | <i>Schwimmen 1</i>        |
| <i>„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen einer Wechselzugtechnik</i>  | <i>Schwimmen 2</i>        |
| <i>„Springen und Tauchen ohne Angst und Übermut“ - Vielfältige Sprünge und Orientierung unter Wasser</i>   | <i>Schwimmen 3</i>        |
| <i>„Ich halte durch“ - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können</i>  | <i>Schwimmen 4</i>        |
| <i>Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher turnen</i>   | <i>Turnen 2</i>           |
| <i>„Basic Tricks mit Seil und Partner“ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 5 Sprungvarianten und 2 Tricks kombinieren und demonstrieren</i> | <i>Gymnastik/Tanz 2</i>   |
| <i>Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Partnerspiel (Badminton) taktisch sicher und regelgerecht bewältigen</i>  | <i>Badminton 2</i>        |
| <i>Sicher mit dem Waveboard – Erlernen einer angepassten Technik auf dem Waveboard und deren Anwendung in Spielformen</i>  | <i>Gleiten 2</i>          |
| <i>Ringern und Raufen – Typische Zweikampfsituationen lösen und verantwortungsbewusst kämpfen: Halten und Befreien</i>   | <i>Kämpfen 2</i>          |

**Besonderheiten für die Arbeit in der Jahrgangsstufe 6:** Jede Klasse sollte mindestens ein Quartal Schwimmen gehen. Falls ein längerer Schwimmunterricht möglich ist, muss um Freiraum gekürzt werden.

Am Ende der UVs Schwimmen sollten alle Kinder das Schwimmbzeichen in Bronze vorweisen (vgl, KLP S. 38: verbindliche Bestandteile der sonstigen Leistungen im Unterricht)

| Jahrgangsstufe: 6  | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 1.2 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b><br/>                     „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben</p>  |  |                              |
| <p><b>BF/SB:</b><br/>                     1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/>                     Leitend:<br/>                     d Leistung<br/>                     Ergänzend:<br/>                     f Gesundheit</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerfähigkeit</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d.1)</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport (d.2)</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f.2)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <p>Die SuS können...</p> <p>... eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. <b>Laufen 15 min</b>, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen. [6 BWK 1.4]</p> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b><br/>                     ... psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6 SK d.2]<br/>                     ... psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. [6 SK d.2]</p> <p><b>MK -</b></p> <p><b>UK</b><br/>                     ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6 UK d.1]<br/>                     körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f.1]</p> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>   | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>  |
|--|--|--|---|
| <p><b>Inhalte</b>, zum Beispiel</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sechs-Tage-Rennen vs. Dauerlauf – Wo strenge ich mich mehr an? Vorher abschätzen lassen, Welchen Einfluss hat es, dass ich mit meinem Partner im Team laufe?</li> <li>- Biathlon: Anstrengung und Konzentration, von welchen Faktoren hängt meine Leistungsfähigkeit ab</li> <li>- Einschätzen durch einen Partner: Rote-Kopf-Polizei/Puls-Polizei: einfacher Kriterien, an denen die SuS merken, dass sie sich überlastet haben.</li> <li>- individuelle anaerobe / aerobe Belastungen wahrnehmen und eigene Leistungsfähigkeit einschätzen</li> <li>- Anpassung der eigenen Geschwindigkeit in Abhängigkeit der Leistungsfähigkeit</li> <li>- Merkmale körperlicher Reaktionen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbständiges Einschätzen auf einem Bogen</li> <li>- Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit in einem Gespräch mit dem Partner</li> </ul> <p>Möglichkeit der <b>Individualisierung</b>:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- eigene Ziele definieren</li> <li>- Lernen an Stationen</li> <li>- Beobachtungsbogen u körperlichen Merkmalen beim Ausdauerlauf</li> <li>- Nutzung öffentlicher Parks und Anlagen für das eigene Sporttreiben</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufspiele</li> <li>- Einschätzungsbögen (zum Beispiel vereinfachte BORG-Skala)</li> <li>- Runden- und Streckenläufe, Zeitläufe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Körperreaktionen (Schwitzen, Durchblutung, Atemfrequenz,)</li> <li>- Fühlen ( k.o., gut, nicht ausgelastet)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Selbsteinschätzung reflektieren, sich beim nächsten Mal besser einschätzen</li> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><b>Punktuelle Leistungsüberprüfung</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Eine nicht normierte MZA I (15 Minuten) im Laufen erbringen</li> <li>- Kriterium Laufen ohne Unterbrechung</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 6  | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 2.2 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b><br/>Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden</p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB: 2</b><br/>Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leitend: E</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> <li>• Kleine Spiele</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (E)</li> <li>• Interaktion im Sport (E)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen</li> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen.</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen,</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren.</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>   | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|---|---|--|--|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- vorgegebene Spielidee und Regeln anwenden</li> <li>- technisch-koordinative Fertigkeiten (fangen, werfen, passen, laufen usw.) einbringen und verbessern</li> <li>- taktische Fähigkeiten entwickeln</li> <li>- gemeinsam mit anderen spielen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- koordinative Fertigkeiten (Antizipation, Reaktion, Orientierungsfähigkeit)</li> <li>- Einzel-/ Gruppentaktik</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenarbeit (Spielregeln, Personenzahl, Spielmaterial verändern)</li> <li>- Durchführung und Bewertung von veränderten Spielen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Gruppentaktik</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Brennball und Variationen</li> <li>- Völkerball und Variationen</li> <li>- Zombieball und Variationen</li> <li>- Ball über die Schnur</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Technik</li> <li>- Taktik</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Fairness</li> <li>- Kooperationsbereitschaft und Kooperationsfähigkeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Durchführung eines ausgewählten kleinen Spiels</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- technische Fertigkeiten</li> <li>- taktische Fähigkeiten</li> <li>- teamorientiertes Spiel</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: [www.sportunterricht.de](http://www.sportunterricht.de)

|   |  |                         |   |                                     |  |
|---|--|-------------------------|---|-------------------------------------|--|
| <b>Jahrgangsstufe: 6</b>  |  | <b>Dauer des UVs: 6</b> |   | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.2</b> |  |
| <p><b>Thema des UV: <i>Abgerechnet wird zum Schluss</i></b> – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch</p>   |  |                         |   |                                     |  |
| <p><b>BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>  |  |                         | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/> <b>d – Leistung</b><br/> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>  |                                     |  |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe</li> </ul>   |  |                         | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>   |                                     |  |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul> |  |                         | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul> |                                     |  |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <p>- bekannte leichtathletische Disziplinen aus der Jgst. 5 auf einem verbessertem technisch-koordinativen Fertigniveau erlernen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laufen: Erlernen der Tiefstarttechnik, Verbesserung der Aktions- und Reaktionsschnelligkeit, Schulung der Beschleunigungsfähigkeit</li> <li>• Sprung: Reduktion auf Absprungzone, vereinfachte Zielform „Hocksprung“</li> <li>• Wurf: Schwerpunkt 3er Rhythmus und Schlagwurfbewegung („Nacheinander von Schulter-, Ellenbogen- und Handgelenk“)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Bewegungsphasen bzw. Gliederung von Bewegung</p> | <p>Wechsel von induktiven (z.B. Erprobung und Vergleich vielfältiger Laufformen) und deduktiven Verfahren (z.B. Zielform Hocksprung wird in einzelne Phasen zerlegt)</p> <p>Erproben von Laufübungen (z.B. Nummerläufe, Linienläufe, etc.)</p> <p>Reaktionsspiele, Staffeln, Steigerungsläufe</p> <p>Einsatz von Beobachtungsbögen (Partnerkorrektur)</p> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>50m Sprint inkl. Tiefstart</p> <p>Schlagwurf aus 3 Schritten Anlauf</p> <p>Hocksprung aus Absprungzone</p> <p>Umgang mit Start- und Messgeräten (Klappe, Stoppuhr, Maßband)</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>- Sprint, Schlagwurf, Schritttweitsprung</p> <p>- disziplinabhängige Einführung von Fachbegriffen (z.B. „Schwung- vs. Sprungbein“, „Wurfauslage“.)</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsphasen Sprung und Wurf benennen und beurteilen</li> <li>• Merkmale des Sprints kennen und erkennen („Ballen- vs. Fersenlauf“)</li> <li>• Bewegungsausführung Lauf, Sprung, Wurf</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <p>Sprachliche Qualität, Verwendung von Fachbegriffen</p> <p>Motorische Qualität, individuelle Verbesserung</p> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung</li> <li>• Bundesjugendspiele</li> <li>• Vergleichskriterium Sportabzeichentabelle</li> </ul> |



| Jahrgangsstufe: 6  | Dauer des UVs: 2   | Nummer des UVs im BF/SB: 4.1 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b><br/>                     „Ohne Angst im Wasser“ - Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen</p>   |  |                              |
| <p><b>BF/SB:</b><br/>                     4 Bewegen im Wasser - Schwimmen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/> <u>Leitend:</u><br/>                     a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br/> <br/> <u>Ergänzend:</u><br/>                     c Wagnis und Verantwortung<br/>                     f Gesundheit</p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung (a)</li> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen</li> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (a)</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a)</li> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (c)</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f)</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen (f)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (a)</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gewöhnung an ein neues Gleichgewichtsverhalten im Wasser</li> <li>• Erleben des Auftriebs</li> <li>• Rotationen im Wasser</li> <li>• Öffnen der Augen unter Wasser</li> <li>• Schulung der Atmung</li> <li>• Erleben von Wasserdruck und Wasserwiderstand</li> <li>• Erarbeitung einer für den Vortrieb optimalen Wasserlage im Gleiten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine (Partner-)Spiele zur Wassergewöhnung (z.B. Tauch und Suchspiele, die das Öffnen der Augen der Augen erfordern)</li> <li>• Staffeln zur Überwindung des Wasserwiderstands</li> <li>• Kontrastübungen in Kleingruppen zur optimalen Wasserlage im Gleiten</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Regeln beim Schwimmen</li> <li>• Atemtechnik</li> <li>• elementare Gesetzmäßigkeiten im Wasser (z.B. Auftrieb, Wasserwiderstand)</li> <li>• optimale Gleitposition (anhand von Kontrastblättern)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftrieb</li> <li>• Rotationsachsen</li> <li>• Wasserwiderstand</li> <li>• Wasserlage</li> <li>• Vortrieb</li> <li>• Gleiten</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Einhalten der Baderegeln</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Demonstration einer Gleitphase</p> <p>Beschreiben und Begründen der Sicherheits- und Baderegeln</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wasserlage</li> <li>• Weite beim Gleiten</li> </ul> |

Weitere Materialien/Tipps:

| Jahrgangsstufe: 6  | Dauer des UVs: 6   | Nummer des UVs im BF/SB: 4.2 |
|--|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b><br>„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen einer Wechselzugtechnik   |  |                              |
| <b>BF/SB:</b><br>4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen  | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br><u>Leitend:</u><br>a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br><br><u>Ergänzend:</u><br>d Leistung   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende</li> </ul>  | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a)</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</li> </ul>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (a)</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a)</li> </ul> <b>MK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (a)</li> <li>• einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (a)</li> </ul> <b>UK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (a)</li> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (d)</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen des Kraul-Beinschlags</li> <li>• Erlernen des Kraul-Armzugs</li> <li>• Erlernen der Atemtechnik</li> <li>• Koordination von Arm- und Beinbewegung sowie Atmung</li> <br/> <li>• Erlernen des Startsprungs</li> <li>• Erlernen der Kippwende</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exploratives Lernen des Armzugs und Beinschlags (z.B. durch Kontrastübungen)</li> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Üben unter erleichterten Bedingungen und Einsatz von Hilfsmitteln (z.B. Schwimmbrett, Pull-Buoy)</li> <li>• Partnerbeobachtung und -korrektur/ Kann-Blätter</li> <li>• Einsatz von Visualisierungen</li> <li>• Staffelspiele (z.B. Pendelstaffel)</li> <li>• Wettschwimmen</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsbeschreibung der Teiltechniken des Kraulschwimmens</li> <li>• Bewertung einer Technik nach Effektivität (Vortrieb)</li> <li>• Kopfsteuerung</li> <li>• Reflexion anhand von Beobachtungsbögen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beinschlag, Armzug</li> <li>• Phaseneinteilung (Zug-, Druck-, Rückholphase)</li> <li>• Wechselzugtechnik</li> <li>• Wasserlage</li> <li>• Vortrieb</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Progression in Technikausführung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Demonstration der Kraultechnik</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• effektiver Armzug</li> <li>• effektiver Beinschlag</li> <li>• regelmäßige Atmung</li> <li>• gute Wasserlage und Vortrieb</li> <li>• Durchhalten der Kraultechnik über eine angemessene Strecke</li> </ul> |

Weitere Materialien/Tipps:

| Jahrgangsstufe: 6   | Dauer des UVs: 2   | Nummer des UVs im BF/SB: 4.3 |
|---|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b><br>„Springen und Tauchen ohne Angst und Übermut“ - Vielfältige Sprünge und Orientierung unter Wasser   |  |                              |
| <b>BF/SB:</b><br>4 Bewegen im Wasser - Schwimmen  | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br><u>Leitend:</u><br>c Wagnis und Verantwortung<br><br><u>Ergänzend:</u><br>f Gesundheit  |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f)</li> </ul>  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (c)</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f)</li> </ul> <b>MK</b><br>/<br><b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (c)</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Streckentauchen</li> <li>• Gegenstandtauchen</li> <li>• Öffnen der Augen unter Wasser</li> <li>• Sprungvarianten (Fußsprünge, Kopfsprünge)</li> </ul> | <p>Tauchen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen mit Partnerbeobachtung</li> <li>• induktives Lernen (z.B. Erfahren von angemessenem Atemvolumen)</li> <li>• kurze Strecken, dann lange Strecken tauchen</li> <li>• verschiedene Tauchaufgaben (z.B. untereinander her tauchen)</li> <li>• kleine Orientierungsspiele</li> </ul> <p>Springen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundsprünge (Fußsprünge mit und ohne Drehung, Grätschwinkelsprung, Hocksprung usw.)</li> <li>• Sprünge mit Partner kombinieren und koordinieren (Nach Bewegungsaufgaben).</li> <li>• Sprünge aus verschiedener Höhe (Beckenrand, Startblock, Sprungbrett)</li> <li>• verschiedene Sprungaufgaben (von Fuß- bis Kopfsprung)</li> <li>• kreatives, exploratives Springen                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Springen ohne, mit wenig, mit maximal viel „Spritzen“</li> <li>○ Tiere springen</li> <li>○ Rollen ins Wasser</li> </ul> </li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit beim Springen und Tauchen</li> <li>• Beschreibung möglicher Gefahren beim Tauchen und Springen</li> <li>• Sprungart je nach Gewässersituation</li> <li>• Angstüberwindung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hyperventilieren</li> <li>• Atemvolumen</li> <li>• Druckausgleich</li> <li>• Auftrieb</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhalten der Sicherheitsabsprachen</li> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- von der Wasseroberfläche einen Gegenstand aus 2m Tiefe heraufholen</li> <li>- Streckentauchen</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u><br/>/</p> |

Weitere Materialien/Tipps:

|  |  |                         |   |                                     |  |
|--|--|-------------------------|---|-------------------------------------|--|
| <b>Jahrgangsstufe: 6</b>   |  | <b>Dauer des UVs: 2</b> |   | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.4</b> |  |
| <b>Thema des UV:</b>   |  |                         |   |                                     |  |
| „Ich halte durch“ - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können   |  |                         |   |                                     |  |
| <b>BF/SB:</b>  |  |                         | <b>Inhaltsfeld(er):</b>   |                                     |  |
| 4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen   |  |                         | <u>Leitend:</u><br>d Leistung   |                                     |  |
|  |  |                         | <u>Ergänzend:</u><br>f Gesundheit   |                                     |  |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b>   |  |                         | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b>   |                                     |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>   |  |                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)</li> <li>gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)</li> </ul>  |                                     |  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>   |  |                         | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  |                                     |  |
| <b>BWK</b>   |  |                         | <b>SK</b>   |                                     |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen</li> </ul> |  |                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (d)</li> </ul>  |                                     |  |
|  |  |                         | <b>MK</b>   |                                     |  |
|  |  |                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (d)</li> </ul>  |                                     |  |
|  |  |                         | <b>UK</b>   |                                     |  |
|  |  |                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (d)</li> <li>körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen (f)</li> </ul> |                                     |  |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|--|---|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmen im gleichförmigen Tempo</li> <li>• Längeres Schwimmen mit und ohne Unterbrechung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsmethoden des Ausdauertrainings (Intervallmethode, Dauerperiode)</li> <li>• Staffelformen mit ausdauerndem Anforderungsprofil</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungskriterien für ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• erneute Thematisierung der Atmung</li> <li>• Diskussion verschiedener Ausdauerperioden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Intervallmethode</li> <li>• Dauerperiode</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>/</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u><br/>/</p> |

Weitere Materialien/Tipps:



| Jahrgangsstufe: 6   | Dauer des UVs: 6  | Nummer des UVs im BF/SB: 5.2 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher Turnen</b></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB: 5 Bewegungen an Geräten - Turnen</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>c: Wagnis und Verantwortung</b></li> <li>• <b>a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></li> </ul>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung (c1)</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegungen (Stützen, Springen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (Kasten/Bock) demonstrieren [BWK 5.1]</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [SK c2]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [SK c3]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [MK a1]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlauf</li> <li>• Sprung</li> <li>• Landung</li> <li>• Stützen</li> </ul> <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bock</li> <li>• Pferd</li> <li>• Unterschiedliche Kästen</li> <li>• Bänke</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• vom Leichten zum Schweren</li> <li>• einfache Sprünge</li> <li>• Sprunghocke über Hindernisse</li> <li>• Unterschiedliche Höhen</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerkämpfe</li> <li>• Gruppenkämpfe</li> <li>• Techniken des Haltens und Befreiens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sicherheit</li> <li>- Hilfestellung</li> </ul> <p>Begriffe der Gegenstände</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung des Lernfortschritts</li> <li>• Sozialverhalten</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontinuierliches Üben</li> <li>• Zunehmende Schwierigkeit</li> <li>• Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit</li> <li>• Beachtung der Sicherheit</li> <li>• Korrekte Hilfestellung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualitätsüberprüfung von drei unterschiedlichen Sprüngen</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• beidbeiniger Absprung</li> <li>• gleichzeitiger Handaufsatz</li> <li>• ohne weitere Berührung des Hindernisses</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 6   | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 6.2 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> „Basic Tricks mit Seil und Partner“ – Eine Minichoreo mit dem Seil zum Rhythmus der Musik gestalten und dabei mindestens 5 Sprungvarianten und 2 Tricks kombinieren und demonstrieren</p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB:6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/><b>b – Bewegungsgestaltung</b></p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, <b>Seil</b> oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> <li><b>UK</b> kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|---|---|--|--|
| <p>Erlernen und Festigen eines Bewegungsablaufs zu den vorgegebenen Grundformen unter Einbeziehung des Handgeräts</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vormachen – nachmachen</li> <li>• Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Verständigung über Organisation in der Gruppe, Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Formation<br/>Synchronität der Gruppe<br/>Rhythmik<br/>Seilbeherrschung<br/>Springen vw /rw<br/>Schlussprünge<br/>Schwingen bzw. Führen des Handgeräts</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>s.o.</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausdauerndes Üben</li> <li>• Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe</li> <li>• Kooperation</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Bewegungsqualität</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Rhythmussicherheit</li> <li>• Anpassung an den Partner</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

|  |   |                                     |
|--|---|-------------------------------------|
| <b>Jahrgangsstufe: 6</b>   | <b>Dauer des UVs: 5</b>   | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.2</b> |
| <b>Thema des UV:</b><br>Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Partnerspiel (Badminton) taktisch sicher und regelgerecht bewältigen   |   |                                     |
| <b>BF/SB: 7</b><br>Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton  | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>- leitend: E</li> <li>- ergänzend: A</li> </ul>   |                                     |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerspiele</li> </ul>  | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport</li> </ul>   |                                     |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten,</li> <li>• in dem ausgewählten Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch situationsorientierten Handlungen anwenden.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (A)</li> </ul> <b>MK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen, (A)</li> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen (E)</li> </ul> <b>UK</b><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten (E)</li> </ul> |                                     |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|--|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Festigen des hohen und Erlernen des kurzen Aufschlags (Vorhand)</li> <li>- Erlernen des kurzen Rückhandaufschlags</li> <li>- Festigen des Vorhand-Unterhand-Clears</li> <li>- Erlernen des Vorhand-Überkopf-Clears</li> <li>- Grundlegende taktische Fähigkeiten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>s.o.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erstellen von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>Treffbereiche<br/>Grafik</p> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschnitte (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear)</li> <li>- Spielsystem 1:1 sowie 2:2</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>s.o.</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation der Grundtechniken</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: [SPORTIV](#)- Badminton

| Jahrgangsstufe: 6  | Dauer des UVs: 6  | Nummer des UVs im BF/SB: 8.2 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: Sicher mit dem Waveboard – Erlernen einer angepassten Technik auf dem Waveboard und deren Anwendung in Spielformen</b></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB:8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/>c – Wagnis und Verantwortung</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umgang mit dem Gleichgewicht</li> <li>• Die Regulierung der Geschwindigkeit</li> <li>• Das Lenken/ Verlagerung des Körperschwerpunktes schulen</li> <li>• Die Sicherheitsregeln</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sus können Bewegungsabläufe beim Gleiten, Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsaufgaben mit und ohne Partnerhilfe zu rollen/ Kennenlernen des Waveboards</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefahrenmomente beim Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>  | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|--|--|---|--|
| <p>Mögliche Inhalte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herausarbeiten einer eigenen Technik, um möglichst ökonomisch, d.h. lange Waveboard zu fahren</li> <li>• Verschiedene Bremsmöglichkeiten</li> <li>• Hilfestellungen durch einen Partner</li> <li>• Spielformen zur Geschicklichkeit mit dem Waveboard</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Gruppenarbeit</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Technik</li> <li>- Bremstechniken</li> <li>- Erste Hilfe bei Stürzen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- „Nose-Plattform“</li> <li>- „Wellenbewegung“</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Hilfeleistung/ Unterstützung</li> <li>-Steuern des Boards mit Vordrehen und Kanten</li> </ul> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fahren mit einfachen Freestyle-Elementen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>-</p> |

Weitere Materialien/ Tipps:



| Jahrgangsstufe: 6   | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 9.2 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: Ringen und Raufen</b> – Typische Zweikampfsituationen lösen und verantwortungsbewusst kämpfen: Halten und Befreien</p>  |   |                              |
| <p><b>BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b></p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>c: Wagnis und Verantwortung</b></li> <li>• <b>e: Kooperation und Konkurrenz</b></li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung (c)</li> <li>• Interaktion im Sport (e)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br/><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [BWK 9.1]</li> <li>• In einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [BWK 9.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen in Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. [SK c1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [MK c1]</li> <li>• In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [MK e2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [UK c1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|--|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zweikampfspiele in der Gruppe</li> <li>• Partnerkämpfe um eine Körperposition</li> <li>• Einführung erster Techniken des Haltens und Befreiens</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Rituale einhalten</li> <li>• induktives Erarbeiten verschiedener Haltegriffe und Befreiungen</li> <li>• Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner</li> <li>• Bodenkämpfe in Turnierform</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerkämpfe</li> <li>• Gruppenkämpfe</li> <li>• Techniken des Haltens und Befreiens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegendruck</li> <li>• Körperschwerpunkt</li> <li>• Halten und Befreien</li> <li>• Beinklammer</li> <li>• Bezeichnungen der Haltegriffe im Judo, z. B.:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ variiertes Schärpenhaltegriff (Kuzure-kesa-gatame)</li> </ul> </li> </ul> <p>Seitvierer (Mune-gatame)</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten</li> <li>• Anwenden erlernter Techniken</li> <li>• Einsatz taktischer Verhaltensweisen             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Erkennen und Ausnutzen von Situationen</li> <li>○ flexibles Reagieren in Situationen</li> </ul> </li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> <li>• soziale Kompetenzen:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hilfsbereitschaft</li> <li>○ Rücksichtnahme</li> <li>○ Kooperationsbereitschaft/Fairness</li> <li>○ Regeleinhaltung</li> </ul> </li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Judo Techniken z.B.: Kuzure-kesa-gatame und Mune-gatame</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

<http://www.sichere-schule-nrw.de/sport/kaempfen/kis/pdf/kis.pdf>

LandesSportBund, Sportjugend NRW, NW Judo-Verband e. V. & Ringverband NRW e. V. (Hrsg.): Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport. Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I. Aachen: Meyer & Meyer 2008.

### 3.3. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 7

| Stufe 7  | Nr. des UV                |
|--|---------------------------|
| <i>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</i>  | <i>Wahrnehmen 3</i>       |
| <i>Merkmale von Spielen aus anderen Kulturen erproben, variieren und reflektieren</i>  | <i>Spiele entdecken 3</i> |
| <i>„Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen</i>                                     | <i>Leichtathletik 3</i>   |
| <i>Akrobatik - Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik unter Berücksichtigung der Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeit sowie der Sozialerfahrung.</i> | <i>Turnen 3</i>           |
| <i>Jumpstyle – Erarbeitung einer Minichoreographie mit Basic´s</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 3</i>   |
| <i>Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken: kurzer Rückhand-Aufschlag</i>  | <i>Badminton 3</i>        |
| <i>Gemeinsam vielfältige Möglichkeiten des Tchoukballspiels erarbeiten und reflektieren</i>  | <i>Tchoukball</i>         |
|  | <i>Gleiten 3</i>          |
| <i>Ringern und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Fallschule und Fußwürfe</i>   | <i>Kämpfen 3</i>          |

| Jahrgangsstufe: 7   | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 1.3 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: <i>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</i></b></p>   |  |                              |
| <p><b>BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> <li>• Gesundheit [f]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen [1]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a.1]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4]</li> <li>• gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [BWK 1.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern. [SK f.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [MK f.1]</li> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [MK a.1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Funktionen des Aufwärmens, z.B. Verbesserung der allg. organischen Leistungsfähigkeit</li> <li>- Verbesserung der koordinativen Leistungsbereitschaft</li> <li>- Optimierung der psychischen Leistungsbereitschaft</li> <li>- Schutz vor Verletzungen</li> <li>- Allgemeines und sportartenspezifisches Aufwärmen bei unterschiedlichen Anforderungssituationen (Sportspiele, LA, Turnen, ...)</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielfältige Laufspiele/ Fangspiele/Ballspiele</li> <li>• Lauf ABC</li> <li>• Seilchen springen</li> <li>• Dehnungsübungen</li> <li>• Kräftigungsübungen</li> <li>• Stabilitätsübungen</li> </ul> <p>Je nach sich anschließenden Themen und Sportarten sind die Inhalte zu spezifizieren.</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung in Kleingruppen</li> <li>- Selbstständige Durchführung und Reflexion einzelner Aufwärmprogramme</li> <li>- Verschriftlichung des Aufwärmprogramms in einem standardisierten Bogen (Vorschläge finden sich unter dem Link (s.u.))</li> <li>- Kriterienorientierte Bewertung des Aufwärmprogramms durch die Mitschüler</li> <li>- Es empfiehlt sich, Elemente dieses Uvs jeweils im einleitenden Teil einer Stunde durchzuführen und somit begleitend zu anderen Uvs durchzuführen (Sportspiele, Turnen; LA, Tanz), um die Unterschiede im Anforderungsniveau der unterschiedlichen Sportarten deutlich zu machen.</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bei welchen anschließenden Belastungen sollte gedehnt werden?</li> <li>- Kräftigung?</li> <li>- Merkmale körperlicher Reaktionen vor/während und nach dem Aufwärmen erkennen und bewerten können</li> <li>- Materialauswahl, Organisationshilfen, Sicherheitsgrundsätze des Aufwärmens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Allgemeines Aufwärmen</li> <li>- Sportartenspezifisches Aufwärmen</li> <li>- Dehnen</li> <li>- Kräftigen /Stabilisieren</li> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Beobachtungsbogen/ (Fremdbeobachtung)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kriteriengeleitete Reflexion über das selbstständig durchgeführte bzw. von Mitschülern angeleitete Aufwärmprogramm</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Durchführen eines Aufwärmprogramms</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passung des erarbeiteten Aufwärmprogramms zur anschließenden Belastung</li> <li>- Motivierende Spiel- und Übungsformen</li> <li>- Verhältnis Organisation, Materialaufwand</li> </ul> |

Gute Materialien finden sich unter: <http://www.sportunterricht.de/aufwaermen/index.html>

Arbeitsblätter zur Verschriftlichung: <http://www.sportunterricht.de/aufwaermen/aufplaner.html>

| Jahrgangsstufe: 7   | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 2.3 |
|---|---|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b> Merkmale von Spielen aus anderen Kulturen erproben, variieren und reflektieren   |   |                              |
| BF/SB: 2 - Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen   | <b>Inhaltsfeld(er):</b> e - Kooperation und Konkurrenz  |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Spiele aus anderen Kulturen</li></ul>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten</li></ul>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b><br><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li></ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b><br><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li></ul> <b>MK</b><br><br><ul style="list-style-type: none"><li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li></ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe                       | Leistungsbewertung   |
|--|---|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <p>Unterschiedliche Spiele hinsichtlich der Merkmale Spielidee (Ziel), Glück, Strategie und Geschicklichkeit vergleichen, erproben und reflektieren.</p> | <p>Gruppenarbeit (Einfluss von Glück, Strategie und Geschicklichkeit auf den Spielverlauf bewerten)<br/>ggf. Regelanpassung</p> <p><b>Fachbegriffe:</b><br/>Gruppen- und Individualtaktik</p> | <p><b>Gegenstände</b></p> <p>Quidditch<br/>Streetball<br/>u.a.</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Anstrengungsbereitschaft<br/>Fairness<br/>Kooperationsbereitschaft und Kooperationsfähigkeit</p> <p><b>punktuell:</b></p> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 7   | Dauer des UVs: 5   | Nummer des UVs im BF/SB: 3.5 |
|---|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV: „Höher, schneller, weiter“</b> – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen  |  |                              |
| <b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>  | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>d – Leistung</b><br><b>e – Kooperation und Konkurrenz</b><br><b>f - Gesundheit</b>   |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>• einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul> |                              |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|--|---|---|---|
| <p><b>Mit den bereits erlernten leichtathletischen Fertigkeiten einen Wettkampf durchführen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wiederholung der leichtathletischen Fertigkeiten</b></li> <li>- <b>Kennzeichen eines grundlegenden Wettkampfverhaltens erarbeiten</b></li> <li>- <b>Durchführung eines Dreikampfes (Sprint, Wurf, Sprung)</b></li> <li>- <b>kritische Reflexion des Leistungsbegriffs</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Die <b>Wiederholung der leichtathletischen Fertigkeiten</b> kann selbstständig mit Hilfe von Stationskarten erfolgen</li> <li>- Zeigen eines Mehrkampfausschnittes auf dem Laptop oder Beamer möglich mit z.B. geteilter Aufmerksamkeitslenkung auf Regeln, individuelle Verhaltensweisen,...</li> <li>- gemeinsame Gestaltung und Durchführung eines Wettkampfes; auch Kampfrichteraufgaben werden von S übernommen</li> <li>- kritische Reflexion des Leistungsbegriffs</li> </ul> <p><b>Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wiederholung der <b>leichtathletischen Fertigkeiten Sprint, Sprung und Wurf</b></li> <li>- Erarbeitung grundlegender Wettkampffregeln</li> <li>- Erarbeitung grundlegender Wettkampfverhaltensweisen</li> <li>- Durchführung eines Dreikampfes</li> <li>- kritische Reflexion des Leistungsbegriffs</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thematisierung grundlegender Wettkampffregeln und -verhaltensweisen</li> <li>- Erprobung eines Wettkampfes</li> <li>- kritische Reflexion des Leistungsbegriffes und des Einsatzes als Kampfrichter</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Leistung</li> <li>- Fairness</li> <li>- Objektivität</li> <li>- Individualität</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation</li> <li>- Übungs- und Trainingsverhalten</li> <li>- Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> <li>- Beteiligung an Reflexionsphasen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung</li> <li>- normorientiertes Bewerten von individuellen Leistungen</li> <li>- Einsatz als Kampfrichter</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7  | Dauer des UVs: 5   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.3 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Akrobatik</i> – Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik unter Berücksichtigung der Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeit sowie der Sozialerfahrung.</p>   |  |                              |
| <p>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</b></li> <li>• <b>Bewegungsgestaltung [b]</b></li> <li>• <b>Gesundheit [f]</b></li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatik [5]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a.1]</li> <li>• Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [BWK 5.2]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [f.1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|---|--|---|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorübungen zur Körperspannung und Vertrauen als Grundvoraussetzung zum Pyramidenbau</li> <li>• Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln/ Vereinbarungen im Hinblick auf dem Auf- und Abbau von Pyramiden</li> <li>• Vergleich von verschiedenen Handgriffen: Hand-in-Hand-Griff, Ellenbogengriff, Handgelenksgriff</li> <li>• Anwendung der richtige Griffarten</li> <li>• Erarbeitung von verschiedenen Pyramiden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Begriffe zur Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren von verschiedenen Pyramiden und Übergängen</li> <li>• Organisationsformen</li> <li>• Eigenverantwortliches Arbeiten/ Sicherheitsregeln einhalten</li> <li>• Gruppenprinzipien einer Gruppenpräsentation kennen</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Fließende Übergänge passend zur Musikauswahl</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleingruppe</li> <li>• Formationen in 4er und 5er Gruppen</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerpyramiden</li> <li>• Gruppenpyramiden</li> <li>• Verbindungen der Elemente z.B. vom Schulterstand zum Stuhl</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Griffarten (Handgelenk-Griff, Ellenbogengriff, Fingergriff)</li> <li>• Richtiges Auf- und Absteigen</li> <li>• Kraft und Koordination als motorische Grundeigenschaft in der Akrobatik</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung des Lernfortschritts</li> <li>• Engagement</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität bei der Ausführung</li> <li>• Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit</li> <li>• Beachtung der Sicherheit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit der Ausführung</li> <li>• Bewegungsqualität</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 7   | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 6.3 |
|---|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b> <i>Jumpstyle – Erarbeitung einer Minichoreographie mit Basic´s (Vorjump , Basic Jump, The Hook Jump, ½ Turn Jump, Tip left and right Jump, Tip front and back Jump s. Anlage)</i>  |  |                              |
| <b>BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>   | <b>Inhaltsfeld(er):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> </ul>   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung [6]</li> </ul>  | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> <li>• Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b.4]</li> </ul>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen von Basisschritten</li> <li>• Gestalten kleiner Bewegungsfolge</li> <li>• Erarbeitung einer Partner- oder Gruppenkür</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorjump</li> <li>• Basic Jump</li> <li>• The Hook Jump</li> <li>• ½ Turn Jump</li> <li>• Tip left and right Jump</li> <li>• Tip front and back Jump</li> </ul> <p>Anlage:<br/><a href="#">Jumpstyle-Karten</a></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Präsentation einer Minichoreographie</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner-/Gruppenarbeit</li> <li>• Bewegungsverständnis</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> <li>• ...</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paar- und Gruppenformationen präsentieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• s.o.</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft</li> <li>• Partner-/ Gruppendynamik</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität bei der Ausführung</li> <li>• aktive Mitarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Partner- bzw. Gruppenpräsentation</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Rhythmusicherheit</li> <li>• Anpassung an den Partner</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 7  | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 7.3 |
|--|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken: kurzer Rückhand-Aufschlag</b>  |  |                              |
| BF/SB:<br><br><b>Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>  | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br><br><b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b><br><b>d - Leistung</b>   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton</b>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Struktur und Funktion von Bewegungen [a3]</b>  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1]</li> <li>• in dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2]</li> <li>• Koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. [SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1]</li> <li>• Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [ UK a1]</li> <li>• Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|---|--|---|---|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung des Regelwerks</li> <li>• Festigung des Aufschlags hohen und kurzen Aufschlags (Vorhand)</li> <li>• Erlernen des kurzen Rückhandaufschlags</li> <li>• Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears</li> <li>• Grundlegende taktische Fähigkeiten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schwungschleife</li> <li>- Spielformen (1:1)</li> <li>- Kurzer + hoher Aufschlag</li> <li>- Clear</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>- Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken</li> <li>- z.B.</li> <li>- Vh-Ük-Clear nach Aufschlag</li> <li>- Vh-Ük-Clear nonstop</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld, Federball, Schläger</li> <li>- Grundstellung</li> <li>- Treffbereiche</li> <li>- - Grafik</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschnitte (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear)</li> <li>- Spielsystem 1:1 sowie 2:2</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- s.o.</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation und Ausführung der Grundtechniken</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV- Badminton](#)

| Jahrgangsstufe: 7  | Dauer des UVs: 6 DS  | Nummer des UVs im BF/SB: 7.4 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Gemeinsam vielfältige Möglichkeiten des Tchoukballspiels erarbeiten und reflektieren</i></p>  |  |                              |
| BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <p>Gestalten von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]</p>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportartspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 1)</li> <li>eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korfball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen (BWK 4)</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. (SK 2)</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. (MK 1)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die SuS können das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. (UK1)</li> </ul> |                              |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|--|--|---|--|
| <p><b>Inhalte</b><br/>                     Spielideen mit Hilfe vorgegebener Materialien (Frames) und Spielgerät (Tchoukball) kooperativ entwickeln und umsetzen.<br/>                     Kennenlernen und erproben des offiziellen Tchoukballspiels.</p> | <p>unter Vorgabe des Spielgeräts (Ball, Material: Frames):<br/>                     Kleingruppenarbeit<br/>                     Spielideen entwickeln<br/>                     taktisch angemessene Verhaltensweisen entwickeln und anwenden</p> | <p><b>Gegenstände</b><br/>                     Passen und Fangen<br/>                     zielgenaues Werfen</p> <p><b>Fachbegriffe:</b><br/>                     Tchoukball<br/>                     Frame<br/>                     verbotene Zone<br/>                     kontaktloses Spiel</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>                     Erarbeitung in Gruppen<br/>                     Spielbeobachtung</p> <p><b>punktuell:</b><br/>                     Präsentation der Spielideen</p> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 7  | Dauer des UVs: 5  | Nummer des UVs im BF/SB: 9.3 |
|--|---|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Ringen und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Fallschule und Fußwürfe</b>  |   |                              |
| BF/SB:<br><br><b>Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>   | Inhaltsfeld(er):<br><br><b>c – Wagnis und Verantwortung</b>   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander</b>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]</b>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen im Stand anwenden [BWK 1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [SK c2]</li> <li>• Die Herausforderung in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. [SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|--|--|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielerische Hinführung im Stand (z.B. „Kanaldeckel-Spiel“ bei dem man im 1 gg. 1 versucht den Partner unter ständiger Handfassung in einen Turnreifen zu ziehen; jeder Fußkontakt im Reifen gibt einen Punkt)<br/>Variante: beide stehen innerhalb und versuchen sich herauszuschieben</li> <li>• Fallschule rückwärts und seitwärts</li> <li>• Fußwürfe</li> <li>• Partnerkämpfe im Stand</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Rituale einhalten</li> <li>• Tori sichert Uke beim Fallen (Handkontakt (kann als „Lebensversicherung“ bezeichnet werden, bleibt dauerhaft bestehen)</li> <li>• Griffvarianten erproben</li> <li>• Kriterien für richtiges Werfen und Fallen gemeinsam erarbeiten und einhalten</li> <li>• Fallen als grundlegende Voraussetzung für das Werfen</li> <li>• Fallhöhe allmählich steigern</li> <li>• ganzheitliche Vermittlung der Wurftechniken (anfangs: Tori begleitet Uke beim Wurf bis zum Boden)</li> <li>• Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner</li> </ul> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fallschule</li> <li>• Fußwürfe</li> <li>• Griffvarianten</li> <li>• Partnerkämpfe</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tori und Uke</li> <li>• Bezeichnungen der Würfe im Judo, z. B.:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Fußfeger (De-ashi-barai)</li> <li>○ „Beinchen stellen“ (O-soto-othoshi)</li> </ul> </li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten</li> <li>• Anwenden erlernter Techniken</li> <li>• Einsatz taktischer Verhaltensweisen                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Erkennen und Ausnutzen von Situationen</li> <li>○ flexibles Reagieren in Situationen</li> </ul> </li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> <li>• soziale Kompetenzen:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hilfsbereitschaft</li> <li>○ Rücksichtnahme</li> <li>○ Kooperationsbereitschaft/Fairness</li> <li>○ Regeleinhaltung</li> <li>○ Verantwortung und Kontrolle des Werfenden</li> </ul> </li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz taktischer Verhaltensweisen</li> <li>• Anwenden erlernter Fähigkeiten</li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: <http://www.sichere-schule-nrw.de/sport/kaempfen/kis/pdf/kis.pdf>

LandesSportBund, Sportjugend NRW, NW Judo-Verband e. V. & Ringverband NRW e. V. (Hrsg.): Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport. Handreichung für die Schulen der Primarstufe und Sekundarstufe I. Aachen: Meyer & Meyer 2008.

### 3.4. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 8

| Stufe 8   | Nr. des UV                |
|---|---------------------------|
| <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Ausdauertrainings kennen und anwenden sowie eine weitere Entspannungstechnik kennenlernen</i> | <i>Wahrnehmen 4</i>       |
| <i>„Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln</i>                                       | <i>Spiele entdecken 4</i> |
| <i>„Wie stoße ich eine Kugel wirklich weit?“ – Eine individuell optimale Kugelstoßtechnik entwickeln</i>  | <i>Leichtathletik 4</i>   |
| <i>„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen und Üben einer Gleichzugtechnik</i>   | <i>Schwimmen 5</i>        |
| <i>„Hiiiiilfe!“ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten</i>  | <i>Schwimmen 6</i>        |
| <i>„Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser</i>  | <i>Schwimmen 7</i>        |
| <i>Felgbewegungen – an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen</i>   | <i>Turnen 4</i>           |
| <i>Jumpstyle – Fortsetzung und Vertiefung einer Gruppengestaltung</i>   | <i>Gymnastik/Tanz 4</i>   |
| <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Smash</i>   | <i>Badminton 4</i>        |
| <i>„Volley“ spielen – Anbahnung einer volleyballspezifischen Spielfähigkeit im Kleinfeld</i>  | <i>Volleyball 1</i>       |
| <i>Sicher mit Inline-Skates das Fahren und Rollen erleben</i>   | <i>Gleiten 4</i>          |
| <i>Ringern und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Hüftwürfe</i>  | <i>Kämpfen 4</i>          |

| Jahrgangsstufe: 8   | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 1.4 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Ausdauertrainings kennen und anwenden sowie eine weitere Entspannungstechnik kennenlernen</i></b></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> Leistung [d]<br/>Gesundheit [f]</p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [2]</li> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit [3]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1]</li> <li>• Trainingsplanung und Organisation [d.3]</li> <li>• gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen. [BWK 1.4]</li> <li>• <i>Alternative: (ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [BWK 1.2])</i></li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [SK d.1]</li> <li>• ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [SK d.2.]</li> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [SK f.1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [MK d.1]</li> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [MK d.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d.1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|---|---|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Fitnesstest Ausdauer: 6-min-Lauf</li> <li>– Pulsmessung: Der Erholungspuls als Kriterium der Ausdauerleistungsfähigkeit</li> <li>– Intervallmethode</li> <li>– Dauermethode</li> <li>– Orientierungslauf</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– Rundenlaufen im Stadion oder Burgpark zur Durchführung der Trainingsmethoden</li> <li>– Intervallläufe</li> <li>– Dauerläufe</li> <li>– Hinweis auf Einzelarbeit, Reflexion in PA oder der Kleingruppe</li> </ul> <p>Alternative:<br/>Wir schärfen unsere Sinne – Entwicklung und Erprobung eines Koordinationsparcours durch die Auseinandersetzung mit ausgewählten koordinativen Fähigkeiten zur Verbesserung der individuellen Wahrnehmungsfähigkeit</p> | <p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Grundprinzipien des Trainings zur Ausdauerfähigkeit im Sinne gesundheitlicher Orientierung und Vorsorge kennen und anwenden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Ausdauerleistungsfähigkeit</li> <li>– Entspannungsmethoden (Ballmassage, Tennisball oder Gymnastikball)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Bereitschaft der SuS längere Läufe durchzuführen und ggfls. auch zu gehen</li> <li>– Reflexion der Körperwahrnehmungen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Längere Strecken durchgehend laufen/gehen</li> </ul> |

Übungs- und Spielformen für ein Ausdauertraining: <https://www.fachportal-paedagogik.de/literatur/vollanzeige.html?Fid=902446&mstn=7#vollanzeige>  
 Ausdauerübungen für Sek I: [https://lvnordrhein.de/content/8-schulsport/2-sportunterricht/4-leichtathletik-in-der-sek-i/02\\_uebungen-zum-ausdauernden-laufen\\_sek-i.pdf](https://lvnordrhein.de/content/8-schulsport/2-sportunterricht/4-leichtathletik-in-der-sek-i/02_uebungen-zum-ausdauernden-laufen_sek-i.pdf)

| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 3   | Nummer des UVs im BF/SB: 2.4 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> „Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln</p>   |  |                              |
| <p>BF/SB: 2 - Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> Leistung [d]</p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10 UK d2]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>              | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>   | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|--|---|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <p>Erproben und reflektieren<br/>ausgewählter kognitiver Spielformen.<br/>Variieren bekannter und erfinden<br/>eigener kognitiver Spielformen.</p> | <p>Arbeit in Kleingruppen</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> | <p><b>Gegenstände</b></p> <p>Kognitive Spiele, z.B.<br/>Quizstaffeln<br/>Vier-Farben-Ball<br/>Wer fängt?</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>Anstrengungsbereitschaft<br/>Kooperationsbereitschaft und<br/>Kooperationsfähigkeit</p> <p><b>punktuell:</b><br/>Präsentation der entwickelten Spiele</p> |

Weitere Materialien/ Tipps:



| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 5   | Nummer des UVs im BF/SB: 3.4 |
|--|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b> „Wie stoße ich eine Kugel wirklich weit?“ – Eine individuell optimale Kugelstoßtechnik entwickeln   |  |                              |
| <b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>  | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b>  |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) [2]</li> </ul>  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen                     | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:   | Leistungsbewertung:   |
|--|---|---|---|
| Erlernen der Standstoßtechnik des Kugelstoßens | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Training hauptsächlich beanspruchter Muskelgruppen in Form von Wurf- und Stoßübungen</li> <li>- Arbeit in Kleingruppen an Stationen</li> <li>- Explorative Durchdringung verschiedener Einflussgrößen des Kugelstoßens (Winkel, Beinbewegung, Oberkörperrotation)</li> <li>- Einsatz von Beobachtungsbögen (Partnerkorrektur)</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Reflexion der wesentlichen Bewegungsbestandteile für eine größtmögliche Stoßweite und Vergleich der individuellen Unterschiede</li> <li>- Sicherheitserziehung</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Stoßauslage</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation, Einhalten der Sicherheitsvorkehrungen</li> <li>- Beteiligung an Reflexionsphasen</li> <li>- kriteriengeleitetes und konstruktives Feedback an Mitschüler</li> <li>- evtl. Lerntagebuch zur Selbstreflexion des eigenen Bewegungslernens</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

Giese, M./Hasper, J.: „Wie stoße ich eine Kugel wirklich weit?“, in: Sportpädagogik, Zeitschrift für Sport, Spiel und Bewegungserziehung; S. 44 – 49, Friedrich Verlag: Seelze, 2005.

| Jahrgangsstufe: 8   | Dauer des UVs: 6   | Nummer des UVs im BF/SB: 4.5 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> „Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen und Üben einer Gleichzugtechnik</p>  |  |                              |
| <p>BF/SB:<br/>4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/><u>Leitend:</u><br/>a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br/><u>Ergänzend:</u><br/>d Leistung</p>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmmarten einschließlich Start und Wende [4.2]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-kordinativ höherem Niveau sicher ausführen [BWK 4.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben (a1)</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (a2)</li> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (d3)</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2)</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (a1)</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b></p>  | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|--|--|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen und Üben des Brust-Beinschlags und –Armzugs</li> <li>• Erlernen und Üben der Koordination beider Bewegungen mit Gleitphase</li> <li>• Erlernen und Üben der Atemtechnik</li> <li>• Erlernen des Starts (Sprung oder aus dem Wasser)</li> <li>• Erlernen der Brustwende</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exploratives Lernen des Armzugs und Beinschlags (z.B. durch Kontrastübungen)</li> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Üben unter erleichterten Bedingungen und Einsatz von Hilfsmitteln (z.B. Schwimmbrett, Pull-Buoy)</li> <li>• Partnerbeobachtung und -korrektur/ Kann-Blätter</li> <li>• Einsatz von Visualisierungen</li> <li>• Staffelspiele (z.B. Pendelstaffel)</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsbeschreibung der Teiltechniken des Brustschwimmens</li> <li>• Bewertung einer Technik nach Effektivität (Vortrieb)</li> <li>• Kopfsteuerung</li> <li>• Reflexion anhand von Beobachtungsbögen</li> <li>• Fehlerbilder (z.B. „Bein-Schere“)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beinschlag, Armzug</li> <li>• Gleiten</li> <li>• Schwunggrätsche</li> <li>• Gleichzugtechnik</li> <li>• Wasserlage</li> </ul> <p>Vortrieb</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Progression in Technikausführung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Demonstration der Brusttechnik</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• effektiver Armzug</li> <li>• effektiver Beinschlag</li> <li>• gute Koordination der Bewegung</li> <li>• kurze Gleitphase</li> <li>• regelmäßige Atmung</li> <li>• gute Wasserlage und Vortrieb</li> <li>• Durchhalten der Brusttechnik über eine angemessene Strecke</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 4.6 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: „Hiilfe!“</b> – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten</p>   |   |                              |
| <p>BF/SB:<br/>4 Bewegen im Wasser - Schwimmen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/><br/> <u>Leitend:</u><br/>c Wagnis und Verantwortung<br/> <u>Ergänzend:</u><br/>f Gesundheit</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen [4.1]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Handlungssteuerung (c1)</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|--|--|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen und Üben von Transporttechniken: Ziehen und Schieben</li> <li>• Erlernen und üben von Schlepptechniken im Kopfschleppgriff, Achselerschleppgriff und/oder Fesselschleppgriff</li> <li>• (Erlernen von Befreiungsstrategien)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernen anhand von Bildkarten</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Teillernmethode</li> <li>• Üben unter erleichterten Bedingungen (Stehiefe)</li> <li>• Partnerbeobachtung und -korrektur</li> <li>• Einsatz von Visualisierungen</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gefahren am und im Wasser beurteilen</li> <li>• Bewegungsmerkmale der Transport- und Schlepptechniken nennen</li> <li>• Bewertung und Reflexion der Wirksamkeit von Techniken z. B. anhand von Beobachtungsbögen und Fehlerbildern</li> <li>• Einschätzung des Bewusstseins und Entscheidung für Technik</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Achselerschleppgriff, Kopfschleppgriff Fesselschleppgriff</li> <li>• Schwunggrätsche</li> <li>• Bewusstlosigkeit</li> <li>• Fremdrettung</li> <li>• Selbstrettung bei Erschöpfung</li> <li>• „Tote-Mann“-Körperhaltung</li> <li>• (Befreiungsstrategien bei Umklammerungen)</li> <li>• Sicherung einer geretteten Person</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Progression in Technikausführung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Demonstration der der Transport- und Schlepptechniken</p> <p>(Demonstration von Befreiungstechniken)</p> <p>schriftliche Übung</p> <p>ggfs. Abnahme des DLRG „Junior-Retter“-Abzeichens</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wirksamkeit</li> <li>• Bewegungsausführung</li> </ul> |

Weitere Materialien/Tipps: <https://www.dlrg.de/informieren/ausbildung/rettungsschwimmabzeichen/>

| Jahrgangsstufe: 8   | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 4.7 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: „Unsere Wasser-Show“</b> – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser</p>   |   |                              |
| <p>BF/SB:<br/>4 Bewegen im Wasser - Schwimmen</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/><br/><u>Leitend:</u><br/>b Bewegungsgestaltung</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser [4.3]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung (b1)</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b2)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen, Üben und Gestalten verschiedener Figuren im Schwebestand an der Wasseroberfläche sowie unter Wasser                             <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fußwärts</li> <li>- Kopfwärts</li> <li>- seitwärts</li> <li>- einzeln</li> <li>- mit Partner(hilfe)</li> </ul> </li> <li>• Erlernen, Üben und Gestalten von Rotationen unter (und über) Wasser um die verschiedenen Körperachsen</li> <li>• Erlernen und Üben von Sprüngen aus dem Wasser vom Grund oder mit Antrieb aus dem Wasser</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerarbeit- oder Gruppenarbeit</li> <li>• Nachahmung vorgegebener Bewegungen</li> <li>• Gestaltung eigener Bewegungen</li> <li>• Üben unter erleichterten Bedingungen (Stehtiefe)</li> <li>• Partnerbeobachtung und -korrektur</li> <li>• Einsatz von Visualisierungen</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewertung der Ausführungs- und Bewegungsqualität anhand von Gestaltungskriterien</li> <li>• Beurteilung der Schwierigkeit einzelner Bewegungen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synchronität</li> <li>• Figuren</li> <li>• Rotationen</li> <li>• Wassertreten</li> <li>• Sprünge</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Schweben</li> <li>• Sinken</li> <li>• Tauchen</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>sonstige Mitarbeit</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Progression in Bewegungsausführung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Präsentation der Wasser-Show</p> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Schwierigkeitsgrad</li> <li>• Passung zur Musik</li> </ul> |

Weitere Materialien/Tipps:



| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.4 |
|--|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Felgbewegungen – an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen</i></p>  |  |                              |
| <p>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</b></li> <li>• <b>Gesundheit [f]</b></li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5.2]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4]</li> <li>• gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau an unterschiedlichen Geräten (z.B. Reck oder Barren) demonstrieren [BWK 5.1]</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlichen Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen Gelände Hilfen usw.) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [a.3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen Gelände Hilfen usw.) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [a.3]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufschwung</li> <li>• Umschwung</li> <li>• Unterschwung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Felgabzug</li> <li>• Felgaufschwung vorlings rw.</li> <li>• Umschwung vl. rw.</li> <li>• Unterschwung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• vom Leichten zum Schweren</li> <li>• Überdrehen rw gehockt als Lernvoraussetzung</li> <li>• Aufschwünge mit Geräthilfe</li> <li>• Organisationsformen: Hilfe- und Sicherheitsstellung werden durchgewechselt</li> <li>• Eigenverantwortliches Üben an den selbstgewählten turnerischen Elementen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich fachsprachlich verständigen können</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reck</li> <li>• Barren/ Stufenbarren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit</li> <li>• Hilfestellung/ Schubhilfe</li> <li>• Stellung zum Gerät z.B. vorlings, rücklings</li> </ul> <p>Begriffe der Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ristgriff</li> <li>• Kammgriff</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung des Lernfortschritts</li> <li>• Engagement</li> <li>• Beteiligung am Unterrichtsgespräch</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontinuierliches Üben</li> <li>• Zunehmende Schwierigkeit</li> <li>• Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit</li> <li>• Beachtung der Sicherheit/ Korrekte Hilfestellung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbundung</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Bewegungsqualität</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 8   | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 6.4 |
|---|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b> <i>Jumpstyle – Fortsetzung und Vertiefung einer Gruppengestaltung, s. Anlage</i>   |  |                              |
| <b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste   | <b>Inhaltsfeld(er):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> </ul>   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung [6]</li> </ul>  | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> <li>• Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b.4]</li> </ul>   |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [b.2]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|--|---|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• neue Schritte erlernen</li> <li>• kurze Bewegungsfolge gestalten</li> <li>• Erarbeitung einer Gruppenchoreographie</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• K-Jump</li> <li>• Einhaken Kombi</li> <li>• 180° Spin (fast)</li> <li>• 180° Spin (slow)</li> <li>• Stamp Kombi</li> <li>• Spezial Kombi</li> <li>• ...</li> </ul> <p>Anlage:<br/><a href="#">Jumpstyle-Karten</a></p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Festigen in Kleingruppenarbeit</li> <li>• Präsentation einer Gruppenchoreographie</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner-/Gruppenarbeit</li> <li>• Bewegungsverständnis</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> <li>• ...</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Paar- und Gruppenformationen präsentieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• s.o.</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft</li> <li>• Partner-/ Gruppendynamik</li> <li>• Beobachtung des Lernfortschritts</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität bei der Ausführung</li> <li>• aktive Mitarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Partner- bzw. Gruppenpräsentation</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Rhythmusicherheit</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: <https://www.mobilesport.ch/formation-du-mouvement-de/tanzen-macht-schule-intensive-momente-in-der-sporthalle/>

| Jahrgangsstufe: 8   | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 7.5 |
|---|---|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Smash</b>   |   |                              |
| BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele   | Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen  |                              |
| Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele – Badminton [7.2]   | Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2]   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1]</li> <li>• In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1]</li> <li>• Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [ UK a1]</li> <li>• Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3]</li> <li>• Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b></p>   | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|---|---|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung des Regelwerks</li> <li>• Festigung des Aufschlags (Vorhand und Rückhand)</li> <li>• Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears</li> <li>• Erlernen einer Angriffstechnik (z.B. Überkopf-Smash) als Variante zur Verteidigungstechnik (Clear)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schwungschleife</li> <li>- Spielformen (1:1)</li> <li>- Kurzer + hoher Aufschlag</li> <li>- Clear</li> <li>- Smash</li> <li>- Treffbereiche (z.B. Überkopf, Seithand etc.)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>- Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken</li> <li>- z.B.</li> <li>- Smash in den Winkel (zwischen Boden und Wand) nach Zuwurf</li> <li>- Zeitungen durchschlagen</li> <li>- Smash nach Zuspiel</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger</li> <li>- Grundstellung</li> <li>- Treffbereiche</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschnitte (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear)</li> <li>- Spielsystem 1:1 sowie 2:2</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation und Ausführung der Grundtechniken z.B. Smash</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV- Badminton](#)

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>Jahrgangsstufe 8:</b></p>   | <p><b>Dauer des UVs: 4</b></p>  | <p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.6</b></p> |
| <p><b>Thema des UV:</b><br/>„Volley“ spielen – Anbahnung einer volleyballspezifischen Spielfähigkeit im Kleinfeld</p>   |   |  |
| <p><b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperation und Konkurrenz [e]</li> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> </ul>  |  |
| <p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele/ Volleyball [7.1]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e.1]</li> <li>• Interaktion im Sport [e.2]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> </ul>   |  |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren, fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK 7.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampferhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [e.1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [a.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [e.1]</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [e.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [e.1]</li> </ul> |  |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|--|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akzentlegung auf das Spiel miteinander und das Hochhalten des Balles durch „Volley“</li> <li>• Grobform des oberen und unteren Zuspiels in kleinen Gruppen oder in Partnerarbeit beherrschen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pritschen</li> <li>• Baggern</li> <li>• Spielformen</li> <li>• Zahlensystem</li> <li>• Aufschlag von unten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisationsformen: Stationenbetrieb, Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Nutzen von Bällen mit unterschiedlichen Flugeigenschaften (Schaumstoffbälle, leichte Volleybälle, „normale“ Volleybälle) nach eigener Entscheidung</li> <li>• Spielzüge im Kleinfeld mit Hilfe der grafischen Darstellungen verstehen und im Spiel anwenden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationenarbeit</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Kleinfeld</li> <li>• Grafik</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielsystem 3:3</li> <li>• Bewegungsmerkmale des Pritschens und Baggerns</li> <li>• Bewegungsmerkmale des Aufschlages von unten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• s.o.</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fair-Play Gedanke</li> <li>• regelgerechtes Handeln</li> <li>• Beteiligung am Unterrichtsgespräch</li> <li>• Einsatzbereitschaft</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kontinuierliches Üben</li> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel 3:3 miteinander mit dem Ziel, den Ball möglichst lange im Spiel zu halten</li> <li>• Präsentation der Grundtechniken</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

[https://www.volleyball.ch/fileadmin/user\\_uploads/manually\\_uploads\\_via\\_webtool/SwissVolley\\_Schulvolley\\_DE.pdf](https://www.volleyball.ch/fileadmin/user_uploads/manually_uploads_via_webtool/SwissVolley_Schulvolley_DE.pdf)
[https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2017/05/Minivolleyball\\_d\\_def.pdf](https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2017/05/Minivolleyball_d_def.pdf)



| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 8.3 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> Sicher mit Inline-Skates das Fahren und Rollen erleben</p>   |   |                              |
| <p>BF/SB:<br/>8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b><br/>a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (leitend)<br/>c Wagnis und Verantwortung (ergänzend)</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)</li> <li>• Handlungssteuerung (c1)</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen (BWK 8.1)</li> <li>• gerätspezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren (BWK 8.2)</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. (a2)</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern (c3)</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2)</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden (c1)</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische<br/>Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Methodische<br/>Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und<br/>Fachbegriffe</b></p>  | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>  |
|---|--|---|---|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Materialkunde</li> <li>• Skate-Roll-Gewöhnung inkl. Sturzverhalten</li> <li>• Erlernen Bremstechniken und Beschleunigung</li> <li>• Erlernen Drehung und Rückwärtsfahren</li> <li>• Festigung sicheres Fahrverhalten</li> <li>• Reflexion über Sicherheitsaspekte und eigene Leistungsfähigkeit</li> <li>• Erstellung eines Skate-Parcours</li> <li>• Individuelle Parcours-Bewältigung</li> </ul> <p>Je nach Leistungsstand der Klasse:<br/>Einführung in das Inline-Hockeyspiel</p> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsmerkmale</li> <li>• Sicherheitskriterien</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vertrauensbildende Übungen zum Aufbau einer sicherheitsbewussten Unterrichts Atmosphäre</li> <li>• Fortgeschrittene als ‚Experten‘</li> <li>• Differenzierte, stationsgebundene Bewegungsaufgaben</li> <li>• Erstellung einer Übersicht: Auswahl und Kombinationskriterien für eine sicherheitsbewusste Parcourserstellung</li> <li>• Individualisierung: Passgenaue Einordnung in die entsprechende Leistungsgruppe</li> <li>• Kooperative Parcourserstellung in GA (ca. 3 Gruppen à 8 -10 Schüler)</li> <li>• Fachbegriffe</li> <li>• Erproben und Experimentieren</li> <li>• Partnerkontrolle</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inline-Skaten nach individuellen und gemeinschaftlichen Kriterien</li> <li>• verschiedene Bremstechniken</li> <li>• anforderungsdifferenzierter Skate-Parcours</li> <li>• sicherheitsbezogene Selbsteinschätzung des Fahrverhaltens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>T-Stop, Heel-Stop, Kurven-Stop</p> <p>Drehung durch “Mond” oder 180°-Sprung</p> <p>Rückwärtsfahren</p> <p>Kurvenfahren (mit Übersetzen)</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich individuell motorisch verbessern (BWK)</li> <li>• sicheres und rücksichtsvolles Fahrverhalten (MK und BWK)</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <p>Demonstration von:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zügig beschleunigen</li> <li>• sicher bremsen</li> <li>• kontrolliert Kurven fahren</li> <li>• geschickt Hindernisse umfahren und die Körperbalance wahren</li> <li>• Drehen</li> <li>• Rückwärtsfahren</li> <li>• verschiedene Anforderungen (z. B. Transport von Bällen) koordinieren</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: In der Halle kann nicht mit Inline Skates gefahren werden. Es bietet sich die überdachte Fläche hinter der Bütt an. Der Erlass zur Sicherheitsförderung im Schulsport ist bei der Unterrichtsplanung und –durchführung zu berücksichtigen.

| Jahrgangsstufe: 8  | Dauer des UVs: 3   | Nummer des UVs im BF/SB: 9.4 |
|--|--|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Ringen und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Hüftwürfe</b>  |  |                              |
| BF/SB:<br><br><b>Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>   | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br><br><b>c – Wagnis und Verantwortung</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>   |                              |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander</b>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]</b>  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen im Stand anwenden [BWK 9.1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 9.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [SK c1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1]</li> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung   |
|---|---|---|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fallschule</li> <li>• Hüftwürfe</li> <li>• Partnerkämpfe</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Rituale einhalten</li> <li>• Griffvarianten vertiefen</li> <li>• Tori sichert Uke beim Fallen (Handkontakt (kann als „Lebensversicherung“ bezeichnet werden, bleibt dauerhaft bestehen)</li> <li>• Kriterien für richtiges Werfen und Fallen einhalten</li> <li>• Falltechniken erarbeiten und automatisieren</li> <li>• Fallhöhe allmählich steigern</li> <li>• ganzheitliche Vermittlung der Wurftechniken</li> <li>• Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner</li> </ul> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Falltechniken</li> <li>• Hüftwürfe</li> <li>• Griffvarianten</li> <li>• Partnerkämpfe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Bezeichnungen der Würfe im Judo, z. B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hüftschleuder (Uki-goshi)</li> <li>• große Hüftschleuder (O-goshi)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten</li> <li>• Anwenden erlernter Techniken</li> <li>• Erkennen und Ausnutzen von Situationen</li> <li>• flexibles Reagieren in Situationen</li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> <p><b>soziale Kompetenzen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfsbereitschaft</li> <li>• Rücksichtnahme</li> <li>• Kooperationsbereitschaft/Fairness</li> <li>• Regeleinhaltung</li> <li>• Verantwortung und Kontrolle des Werfenden</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwenden erlernter Fähigkeiten</li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: s.o.

### 3.5. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 9

| Stufe 9   | Nr. des UV              |
|---|-------------------------|
| <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Krafttrainings kennen und anwenden</i>  | <i>Wahrnehmen 5</i>     |
| <i>Wir wollen hoch hinaus – Von ersten Sprungerfahrungen zum Schersprung</i>  | <i>Leichtathletik 5</i> |
| <i>Ich zeige, was ich kann – turnerische Bewegungsfertigkeiten an zwei ausgewählten Turngeräten (z.B. Boden, Barren/ Reck, Ringe, Schwebebalken und Kästen) für die Gestaltung einer individuellen oder auch Partner-Kür.</i> | <i>Turnen 5</i>         |
| <i>Wir inszenieren Geschlechterklischees</i>  | <i>Gymnastik/Tanz 5</i> |
| <i>Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Drop</i>  | <i>Badminton 5</i>      |
| <i>Volleyball als Mannschaftsspiel - „Grundlegende Möglichkeiten der Spielorganisation im Spiel 4:4“ kennenlernen und anwenden</i>  | <i>Volleyball 2</i>     |
| <i>Ringern und Kämpfen - Erweiterung von Bewegungserfahrungen in der Zweikampfsportart Judo durch Haltegriffe am Boden</i>  | <i>Kämpfen 5</i>        |

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>   | <p><b>Dauer des UVs: 4</b></p>  | <p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.5</b></p> |
| <p><b>Thema des UV: <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Krafttrainings kennen und anwenden</i></b></p>  |   |  |
| <p><b>BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> Leistung [d] Gesundheit [f]</p>  |  |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [1.2]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1]</li> <li>Trainingsplanung und Organisation [d.3]</li> <li>gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2]</li> <li>Gesundheitsverständnis und Körperbilde [f.3]</li> </ul>  |  |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [BWK 1.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [SK d.1]</li> <li>Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [SK f.1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [MK d.2]</li> <li>Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [MK f.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [UK f.1]</li> </ul> |  |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|--|--|--|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einen Fitnessstest mit dem Schwerpunkt Kraft durchführen und auswerten</li> <li>- unterschiedliche Fitnessstationen (mit dem eigenen Körpergewicht und mit Hilfsmitteln z. B. Geräten und Partner) kennenlernen</li> <li>- Planungskomponenten wie Widerstand, Wiederholungszahl, Sätze und Pause verstehen</li> <li>- eigenes Krafttraining entwickeln (entweder für den ganzen Körper oder einen Bereich (Rumpf, Schulter/Arme/Beine) beschränkt)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- selbständiges Arbeiten mithilfe von Stationskarten</li> <li>- Erarbeitung des Krafttrainings in Partner- oder Kleingruppen</li> <li>- Präsentation der entwickelten Krafttrainings</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einflussfaktoren des Krafttrainings wie Widerstand, Wiederholungszahl, Sätze und Pausen beurteilen können</li> <li>- Prinzip der lohnenden Pause (Regeneration) erklären</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Krafttraining</li> <li>- Muskeln</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Mithilfe bei Stationsauf- und Abbau</li> <li>- Reflexion der Körperwahrnehmung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Fitnessstest zu Beginn und am Ende des UVs</li> </ul> <p><u>Kriterien für erarbeitetes Krafttraining:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Auswahl der Übungen</li> <li>- Ausführung der Übungen bei der Präsentation</li> </ul> |

Weitere Materialien/Tipps:

Partner Ü + Stationskarten: <https://www.knsu.de/weitere-sportbereiche/kraftsport/kraftzirkeltraining-mit-dem-schwerpunkt-bodyweight-und-partneruebungen>

Geräte Ü + Stationskarten: [https://www.knsu.de/index.php?option=com\\_knsu&view=article&id=144](https://www.knsu.de/index.php?option=com_knsu&view=article&id=144)

|   |  |                                     |
|---|--|-------------------------------------|
| <b>Jahrgangsstufe: 9</b>  | <b>Dauer des UVs: 5</b>  | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.5</b> |
| <b>Thema des UV: Wir wollen hoch hinaus – Von ersten Sprungerfahrungen zum Schersprung</b>  |  |                                     |
| <b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>   | <b>Inhaltsfelder:</b><br>a-Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>d - Leistung   |                                     |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>  |                                     |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> <li>• alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> <li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul> |                                     |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:   | Leistungsbewertung:   |
|--|--|---|---|
| <p><b>Von ersten Sprungspielen und Sprungerfahrungen zum Erlernen des Schersprungs:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ideen für alternative Wettbewerbe im Bereich Hochsprung sammeln auch unter der Perspektive eines differenzierten Leistungsbegriffs</li> <li>- Sprungspiele zum spielerischen Erfahrungssammeln</li> <li>- Sammeln verschiedene Sprungerfahrungen über die Zacharias Hochsprunglatte (Variation des Anlaufs und der Ausrichtung zur Latte, beidbeiniger und einbeiniger Absprung, Wechsel des Absprungbeins)</li> <li>- Erlernen des Schersprungs</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erste Sprungerfahrungen können selbstständig mit Hilfe von Stationskarten gesammelt werden</li> <li>- Zeigen eines Schersprungs auf dem Laptop oder Beamer möglich mit z.B. geteilter Aufmerksamkeitslenkung auf Anlauf, Armbewegung beim Absprung und Körperhaltung bei der Lattenüberquerung</li> <li>- selbstständiges Üben mit Partnerhilfe und Beobachtungsbogen, Bewegungskorrektur</li> </ul> <p><b>Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beidbeiniger Absprung rücklings aus dem Stand (vom Kasten)</li> <li>- Beidbeiniger Absprung seitwärts mit 1/4-Drehung (vom Kasten)</li> <li>- Einbeiniger Absprung mit 1/4-Drehung aus 3-schrittigem Anlauf (mit Stufenaufbau möglich)</li> <li>- Schersprung aus 5-schrittigem Anlauf</li> <li>- Schersprung mit individueller Anlaufgestaltung</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Thematisierung der verschiedenen Sprungerfahrungen zu Beginn des UVs</li> <li>- Sprungtechnikreflektion nach Anschauen des Videos (kurviger Anlauf, Absprung mit dem lattenfernen Bein, Scherbewegung)</li> <li>- Kriteriengeleitetes Feedback geben</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Kurviger Anlauf</b></li> <li>- <b>Absprungbein</b></li> <li>- <b>lattenfernes und lattennahes Bein</b></li> <li>- <b>Scherbewegung</b></li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation</li> <li>- Übungs- und Trainingsverhalten</li> <li>- Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> <li>- Beteiligung an Reflexionsphasen</li> <li>- Kriteriengeleitetes Partnerfeedback zur Bewegungskorrektur</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung</li> <li>- Bewerten von individuellen Leistungen in Relation zur individuellen Voraussetzung (bspw. Größe, Geschlecht,...</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9   | Dauer des UVs: 5   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.5 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Ich zeige, was ich kann – turnerische Bewegungsfertigkeiten an zwei ausgewählten Turngeräten (z.B. Boden, Barren/ Reck, Ringe, Schwebebalken und Kästen) für die Gestaltung einer individuellen oder auch Partner-Kür.</i></p>   |  |                              |
| <p>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> <li>• Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Gesundheit [f]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen [5]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3]</li> <li>• Variation von Bewegung (individuell und gruppenspezifisch) [b.1]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b.3]</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f.3]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br/><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau an unterschiedlichen Geräten (z.B. Reck oder Barren) demonstrieren [BWK 5.1]</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1]</li> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|--|--|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollbewegungen</li> <li>• Drehungen um die Längsachse</li> <li>• Auf- und Umschwung</li> <li>• Unterschwingung</li> <li>• Felgbewegung</li> <li>• Überschlagbewegungen (Rad/Radwende)</li> <li>• Beinschwungbewegungen am Reck und Ringen</li> <li>• Sprungbewegung</li> <li>• Kippbewegung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Felgaufschwung</li> <li>• Umschwung vl. rw</li> <li>• Unterschwingung</li> <li>• Radschlag/ Radwende</li> <li>• Drehungen ½ oder ganze Drehung um die Längsachse</li> <li>• Standwaage</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzel- und Gruppenarbeit</li> <li>• eigenverantwortliches Üben an den selbstgewählten turnerischen Elementen</li> <li>• vom Leichten zum Schweren</li> <li>• Aufschwünge mit Geräthilfe</li> <li>• leistungsstärkere Schüler demonstrieren und helfen im Übungsprozess</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich fachsprachlich verständigen können</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungkasten</li> <li>• Boden</li> <li>• Reck</li> <li>• Barren/Stufenbarren</li> <li>• Ringe</li> <li>• Schwebebalken</li> <li>• Aufgang nach Wahl</li> <li>• Abgang nach Wahl</li> <li>• Drehungen ½ oder ganze Drehung um die Längsachse</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schubhilfe</li> <li>• allg. Hilfestellung</li> <li>• Kraft und Koordination als motorische Grundeigenschaften beim Turne</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung des Lernfortschritts</li> <li>• Engagement</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontinuierliches Üben</li> <li>• Zunehmende Schwierigkeit</li> <li>• Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit</li> <li>• Beachtung der Sicherheit/ Korrekte Hilfestellung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbundung</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körperspannung</li> <li>• Bewegungsqualität</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

| Jahrgangsstufe: 9  | Dauer des UVs: 5  | Nummer des UVs im BF/SB: 6.5 |
|--|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Wir inszenieren Geschlechterklischees</i></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) [6]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b.1]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b.3]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br/><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [b.1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]</li> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [b.2]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|---|--|--|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vorstellungen von geschlechtstypischen Gesten entwickeln und in Bewegung umsetzen</li> <li>• Stereotype Bewegungsmuster, Bewegungsmotive, Bewegungssequenzen passend zur Spielidee (Geschlechterklischees) entwickeln</li> <li>• Gestaltungskriterien und Organisationsformen anwenden</li> <li>• Alltagsgegenstände als Ausgangspunkt einer Bewegungsgestaltung einsetzen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Geschlechterklischee</li> <li>• Stereotype Bewegungsmuster</li> <li>• Geste/ Bewegungsmotiv/ Bewegungssequenz</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren von verschiedenen Bewegungsmuster</li> <li>• Gestaltungs- und Kompositionsaufgaben</li> <li>• Einzel- und Gruppenarbeit</li> <li>• gegenseitige Präsentation mit Beobachtungsaufgaben</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Improvisation</li> <li>• Bewegungsgestaltung/ Komposition</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alltagsgegenstände, hier z.B. Stühle, Hüte/ Kappen, Handtaschen</li> <li>• Partner- oder Gruppenmuster</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• formaler Aufbau</li> <li>• Organisationsformen</li> <li>• verschiedene Raumebenen und -dimensionen</li> <li>• Dynamik</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner- bzw. Gruppenpräsentation</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung der Spielidee</li> <li>• Einbeziehung der Objekte</li> <li>• Präsentation typisch männlicher und weiblicher Geste und Bewegungsmotive</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p><b>Jahrgangsstufe: 9</b></p>   | <p><b>Dauer des UVs: 5</b></p>  | <p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.7</b></p> |
| <p><b>Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Drop</b></p>   |   |  |
| <p><b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b></p>  |  |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton</b></p>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2]</b></p>   |  |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1]</li> <li>• In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1]</li> <li>• Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [ UK a1]</li> <li>• Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3]</li> <li>• Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]</li> </ul> |  |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|--|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung des Regelwerks</li> <li>• Festigung des Aufschlags (Vorhand und Rückhand)</li> <li>• Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears</li> <li>• Festigen des Überkopf-Smashes</li> <li>• Erlernen des Überkopf-Drops</li> <li>• Erlernen des Stechens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schwungschleife</li> <li>- Spielformen (1:1)</li> <li>- Kurzer + hoher Aufschlag</li> <li>- Clear</li> <li>- Smash</li> <li>- Drop</li> <li>- Treffbereiche (z.B. Überkopf, Seithand etc.)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>- Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken</li> <li>- Spielen fester Technikreihenfolgen z.B. lang– lang–kurz (hoher Aufschlag/Unterhand-Clear – Überkopf-Clear – Drop)</li> <li>- Alternativ: kurz – kurz – lang (Kurzer Aufschlag/Drop – Stechen – Unterhand-Clear)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Partnerarbeit</li> <li>- Gruppenarbeit</li> <li>- Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger</li> <li>- Grundstellung</li> <li>- Treffbereiche</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschnitte (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear)</li> <li>- Spielsystem 1:1 sowie 2:2</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation und Ausführung der Grundtechniken z.B. Überkopf-Drop</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

**SPORTIV- Badminton**

|  |  |  |
|--|--|--|
| <p><b>Jahrgangsstufe 9:</b></p>  | <p><b>Dauer des UVs: 5</b></p>   | <p><b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.8</b></p> |
| <p><b>Thema des UV:</b><br/> <i>Volleyball als Mannschaftsspiel - „Grundlegende Möglichkeiten der Spielorganisation im Spiel 4:4“ kennenlernen und anwenden</i></p>  |  |  |
| <p><b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperation und Konkurrenz [e]</li> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> </ul>   |  |
| <p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele/ Volleyball [7.1]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e.1]</li> <li>• Interaktion im Sport [e.2]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> </ul>  |  |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren, fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK 7.1]</li> <li>• eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball ...) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [BWK 7.4]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [e.1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [a.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [e.1]</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [e.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [e.1]</li> </ul> |  |



Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen   | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|--|---|--|--|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung und Festigung des oberen und unteren Zuspiels durch Spiele in Kleingruppen</li> <li>• Entwicklung und Festigung des taktischen Verständnisses durch Reflexion: <i>was muss ich tun?</i> [technische Fertigkeiten werden unter vielseitigen, situativen Spielbedingungen (Wahrnehmungs- und Entscheidungsfähigkeit) vertieft eingeübt]</li> <li>• Interaktion und Kommunikation mit dem Mitspieler, wer nimmt den Ball an</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pritschen</li> <li>• Baggern</li> <li>• Aufschlag von unten</li> <li>• Spielformen</li> <li>• Zahlensystem</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisationsformen: Stationenbetrieb, Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Spielzüge im Kleinfeld mit Hilfe der grafischen Darstellungen verstehen und im Spiel anwenden</li> <li>• Kommunikation: sich mit dem Partner verständigen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Kleinfeld</li> <li>• Stationenbetrieb</li> <li>• Grafik</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielsysteme 3:3 und 4:4</li> <li>• Bewegungsmerkmale des Pritschens und Baggerns</li> <li>• Bewegungsmerkmale des Aufschlages von unten</li> <li>• Taktik (Lauf- und Passwege)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• s.o.</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit und Schnelligkeit</li> <li>• regelgerechtes Handeln</li> <li>• Beteiligung am Unterrichtsgespräch</li> <li>• Einsatzbereitschaft</li> <li>• Schiedsrichtertätigkeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situative Anwendung</li> <li>• Ausführungsqualität</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielbeobachtung</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

[https://www.volleyball.ch/fileadmin/user\\_uploads/manually\\_uploads\\_via\\_webtool/SwissVolley\\_Schulvolley\\_DE.pdf](https://www.volleyball.ch/fileadmin/user_uploads/manually_uploads_via_webtool/SwissVolley_Schulvolley_DE.pdf)

[https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2017/05/Minivolleyball\\_d\\_def.pdf](https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2017/05/Minivolleyball_d_def.pdf)

|  |   |                                     |
|--|---|-------------------------------------|
| <b>Jahrgangsstufe: 9</b>   | <b>Dauer des UVs: 5</b>   | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.5</b> |
| <b>Thema des UV: Ringen und Kämpfen - Erweiterung von Bewegungserfahrungen in der Zweikampfsportart Judo durch Haltegriffe am Boden</b>  |   |                                     |
| BF/SB:<br><b>Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>   | <b>Inhaltsfeld(er):</b><br>c – Wagnis und Verantwortung<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen  |                                     |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander</b>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]</b>   |                                     |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen am Boden anwenden [BWK 9.1]</li> <li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 9.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [SK c1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1]</li> <li>• Analoge Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1]</li> <li>• Den Nutzen analoger Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [UK a2]</li> </ul> |                                     |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|---|---|--|--|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Halten und Befreien</li> <li>• Partnerkämpfe</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regeln und Rituale einhalten</li> <li>• Techniken vertiefen</li> <li>• Kriterien für Tori, um Uke in Rückenlage zu fixieren, wie z.B.                         <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 90°-Winkel von Tori/Uke</li> <li>2. mind. 3 Stützpunkte von Tori</li> <li>3. Beine öffnen, um Körperfläche zu vergrößern</li> </ol> </li> <li>• Kriterien für Uke um sich zu befreien</li> <li>• Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner</li> <li>• Kampfturniere selbstständig organisieren und durchführen</li> <li>• Erarbeitung der Haltegriffe in Form eines Gruppenpuzzles möglich</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Halten und Befreien</li> <li>• Partnerkämpfe</li> <li>• Kampfturniere</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kommandos: Mokusō, Rei</li> <li>• Randori (Übungskampf, um Techniken anzuwenden)</li> <li>• Kuzure-kesa-gatame und Mune-gatame</li> </ul> <p><b>Wertungen:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Yuko (kleinste Wertung) erhält man, wenn man Uke 15 bis 19s in einem Haltegriff hält</li> <li>• Waza-Ari (mittlere Wertung) erhält man, wenn man Uke 20 bis 24s in einem Haltegriff hält</li> <li>• Ippon (höchste Wertung) erhält man, wenn man Uke 25s in einem Haltegriff hält</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Fertigkeiten</li> <li>• Anwenden erlernter Techniken</li> <li>• Erkennen und Ausnutzen von Situationen</li> <li>• flexibles Reagieren in Situationen</li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> <p>soziale Kompetenzen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfsbereitschaft</li> <li>• Rücksichtnahme</li> <li>• Kooperationsbereitschaft/Fairness</li> <li>• Regeleinhaltung</li> <li>• Verantwortung und Kontrolle des Werfenden</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwenden erlernter Fähigkeiten</li> <li>• Regelkenntnis</li> <li>• Sicherheitsverhalten</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: s.o.

### 3.6. Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 10

| Stufe 10   | Nr. des UV       |
|--|------------------|
| Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigenen motorischen Fähigkeiten testen und Grundprinzipien des Koordinationstrainings kennen und anwenden | Wahrnehmen 6     |
| Wir wollen hoch hinaus – Vom Schersprung zum Fosbury-Flop  | Leichtathletik 6 |
| Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden  | Turnen 6         |
| BallKoRobics – selbstständige Erarbeitung und Präsentation einer BallKoRobics-Gruppenchoreographie   | Gymnastik/Tanz 6 |
| Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Taktische Verhaltensweisen im Doppel   | Badminton 6      |
| Endzonenspiele: Ultimate Frisbee entwickeln und Flag Football als weiteres Endzonenspiel vertiefend erproben   | Endzonenball     |

| Jahrgangsstufe: 10  | Dauer des UVs: 3  | Nummer des UVs im BF/SB: 1.6 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV: <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigenen motorischen Fähigkeiten testen und Grundprinzipien des Koordinationstrainings kennen und anwenden</i></b></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> Bewegungsstruktur und Bewegungskörper [a]<br/>Gesundheit [f]</p>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [1.2]</li> </ul>   | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [BWK 1.2]</li> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [BWK 1.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [SK d.3]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache Grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [MK f.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a.1]</li> <li>• Den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [UK a.2]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Allgemeines Koordinationstraining durch:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jonglieren, Artistik</li> <li>• Laufschiule, Ballschiule</li> <li>• Koordinationsleiter</li> </ul> </li> <li>- Variables Üben bekannter motorischer Bewegungen (z.B. in Koordinationszirkeln) durch:                             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kontralaterales Training</li> <li>• Differenzielles Training</li> <li>• Ändern der äußeren Gegebenheiten</li> <li>• Gegenseitiges Stellen von Bewegungsaufgaben (Challenges)</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gruppen- und Partnerfeedback zu kinästhetischen Schwierigkeiten</li> <li>- Kriteriengeleitete Abgabe der Erstellung von Bewegungsaufgaben in die Hand der SuS</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einflussfaktoren der koordinativen Fähigkeiten auf motorische Bewegungen beurteilen können</li> <li>- Unterschied allgemeine und spezielle Koordination (→Technik)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koordinative Fähigkeiten</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft</li> <li>- Mithilfe bei Stationsauf- und Abbau</li> <li>- Reflexion der Körperwahrnehmung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungen aus Koordinationstest wie dem Münchner Fitnesstests oder dem Schweizerkreuz-Plus</li> </ul> <p><u>Kriterien für Durchführung:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Wertetabellen (z.B. bei MFT)</li> <li>- Sauberkeit</li> <li>- Geschwindigkeit</li> </ul> |

Koordination und koordinative Fähigkeiten: <http://www.sportunterricht.de/lksport/koordi.html>

Münchner Fitnesstest: <http://www.sportunterricht.de/mft/>

Schweizerkreuz-Plus: [https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2013/08/L\\_B2\\_12SJ-Gym\\_ABC\\_T2.pdf](https://www.mobilesport.ch/assets/lbwp-cdn/mobilesport/files/2013/08/L_B2_12SJ-Gym_ABC_T2.pdf)

|   |  |                                     |
|---|--|-------------------------------------|
| <b>Jahrgangsstufe: 10</b>   | <b>Dauer des UVs: 4</b>  | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.6</b> |
| <p><b>Thema des UV: Wir wollen hoch hinaus – Vom Schersprung zum Fosbury-Flop</b></p>   |  |                                     |
| <p><b>BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b></p>  | <p><b>Inhaltsfelder:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</li> <li>d - Leistung</li> </ul>   |                                     |
| <p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>   |                                     |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul> |                                     |

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:   | Leistungsbewertung:   |
|---|---|---|---|
| <p><b>Von ersten Sprungspielen und Sprungerfahrungen zum Erlernen der Technik des Fosbury-Flops:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wiederholung des Schersprungs als Grundlage für das Erlernen des Fosbury-Flops</b></li> <li>- <b>Erlernen der Technik des Fosbury-Flops</b></li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung des Vorteils eines Fosbury-Flops gegenüber eines Schersprungs</li> <li>- Zeigen eines Fosbury-Flops auf dem Laptop oder Beamer möglich mit z.B. geteilter Aufmerksamkeitslenkung auf Anlauf, Armbewegung beim Absprung und Körperhaltung bei der Lattenüberquerung</li> <li>- selbstständiges Üben mit Partnerhilfe und Beobachtungsbogen, Bewegungskorrektur</li> </ul> <p><b>Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schersprung mit individueller Anlaufgestaltung</li> <li>- Fosbury-Flop mit individueller Anlaufgestaltung</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprungtechnikreflektion nach Anschauen des Videos (kurviger Anlauf, Doppelarmschwung, Hohlkreuzhaltung)</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Fosbury-Flop</b></li> <li>- <b>Kurviger Anlauf</b></li> <li>- <b>Absprungbein</b></li> <li>- <b>Doppelarmschwung</b></li> <li>- <b>Hohlkreuzhaltung</b></li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation</li> <li>- Übungs- und Trainingsverhalten</li> <li>- Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> <li>- Beteiligung an Reflexionsphasen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Techniküberprüfung</li> <li>- normorientiertes Bewerten von individuellen Leistungen</li> </ul> |



| Jahrgangsstufe: 10  | Dauer des UVs: 4   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.6 |
|---|--|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden</i></p>  |  |                              |
| <p>BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</b></li> <li>• <b>Wagnis und Verantwortung [c]</b></li> <li>• <b>Gesundheit [f]</b></li> </ul>  |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenen Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5.1]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]</li> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c.2]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältige turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [BWK 5.1]</li> <li>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1]</li> <li>• die Herausforderung in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [c.3]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlichen Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [a.3]</li> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [c.2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [a.1]</li> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [a.3]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe  | Leistungsbewertung  |
|---|--|---|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schüler sollen Bewegungselemente aus den vergangenen Jahrgangstufen aufgreifen und dynamisch in Überwindungsmöglichkeiten des Parkours einbinden</li> <li>die Schüler sollen einen Parkour überwinden können, welcher mehrere Elemente beinhaltet</li> <li>Schüler sollen die Belastung ihrer Parkourläufe selber bestimmen und einschätzen können</li> <li>Bewusstsein schaffen für die Schwierigkeit der einzelnen Übungsteile</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b><br/>Grundtechniken zur Überwindung von Hindernissen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präzisionssprung</li> <li>Balancieren</li> <li>Durchbruch</li> <li>allg. Sprünge</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Organisationsformen: Stationenbetrieb</li> <li>Eigenverantwortliches Arbeiten an den Geräten bei Auf- und Abbau sowie in praktischen Phasen</li> <li>Erstellen eines Bewertungsbogen unter besonderer Berücksichtigung der Schwierigkeitsgrade der Parkourelemente</li> <li>Zusatzaufgaben</li> <li>Individualisierung, Übungsdauer und Intensität pro Element selber bestimmen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Stationenarbeit</li> <li>Übernahme von verantwortungsvollen Aufgaben im Sportunterricht (z.B. Auf-/Abbau, Kreation von eigenen Elementen)</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Historischer Hintergrund von „Le Parkour“</li> <li>ggf. erste Thematisierung von motorischen Lernkonzepten</li> <li>Reck</li> <li>Barren/ Stufenbarren</li> <li>Bänke</li> <li>Kästen</li> <li>Wände</li> <li>...</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unterscheidung zwischen „Freerunning“ und „Le Parkour“</li> <li>Begriffe der einzelnen Überquerungssprünge von Hindernissen (Saut de précision, Équilibre, Passement, Roullade, Franchissement, Passe muraille, Saut de bras, Saut de chat, Saut de font, Saut de détente usw.)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beobachtung des Lernfortschritts</li> <li>Engagement in selbstständigen Unterrichtsphasen, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben neuer Bewegungen</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kontinuierliches Üben</li> <li>Zunehmende Schwierigkeit</li> <li>Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit</li> <li>Beachtung der Sicherheit</li> <li>Korrekte Hilfestellung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Techniküberprüfung - Merkmale</li> <li>Grobkoordination</li> <li>Bewegungsfluss/ „Flow“</li> <li>Bewegungsdynamik</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbinding</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps: [https://www.sportunterricht.ch/IF/Le\\_Parkour\\_im\\_Schulsport.pdf](https://www.sportunterricht.ch/IF/Le_Parkour_im_Schulsport.pdf)

| Jahrgangsstufe: 10  | Dauer des UVs: 4  | Nummer des UVs im BF/SB: 6.6 |
|---|---|------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> <i>BallKoRobics – selbstständige Erarbeitung und Präsentation einer BallKoRobics-Gruppenchoreographie</i></p>   |   |                              |
| <p><b>BF/SB:</b> Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</p>  | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]</li> </ul>   |                              |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) [6.1]</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmen und Körpererfahrung [a.1]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4]</li> <li>• Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b.4]</li> </ul>  |                              |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.1]</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1]</li> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [a.2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]</li> </ul> |                              |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung  |
|---|---|--|---|
| <p><b>Inhalte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen von Basisschritten</li> <li>• Gestalten kleiner Bewegungsfolge</li> <li>• Erarbeitung einer Gruppenchoreographie</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• V-Step</li> <li>• Knee-Lift</li> <li>• Side to Side und Leg Curl</li> <li>• Step Touch und Lunge</li> <li>• Jumping Jack</li> <li>• Grapevine</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit</li> <li>• Präsentation einer Minichoreographie</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Bewegungsverständnis</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> </ul> | <p><b>Gegenstände:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gruppenformationen präsentieren</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement/ Motivationsbereitschaft</li> <li>• Gruppendynamik</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität bei der Ausführung</li> <li>• aktive Mitarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Gruppenpräsentation</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technisch richtige Ausführung</li> <li>• Rhythmusicherheit</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

|  |   |                                     |
|--|---|-------------------------------------|
| <b>Jahrgangsstufe: 10</b>  | <b>Dauer des UVs: 4</b>   | <b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.9</b> |
| <b>Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Taktische Verhaltensweisen im Doppel</b>  |   |                                     |
| <b>BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>   | <b>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</b>  |                                     |
| <b>Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton</b>   | <b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt: Interaktion im Sport [e2]</b>  |                                     |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv im Doppel angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1]</li> <li>• In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln (Doppel) kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einfache analoge Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [MK e2]</li> <li>• Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [UK e1]</li> <li>• Den Leistungsbegriff in unterschiedlichen Handlungssituationen (Einzel &amp; Doppel) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [UK d2]</li> </ul> |                                     |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| <p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p>  | <p><b>Methodische Entscheidungen</b></p>   | <p><b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b></p>   | <p><b>Leistungsbewertung</b></p>   |
|---|--|--|--|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen des Doppelspezifischen Regelwerks</li> <li>• Erkunden verschiedener Aufstellungsformen (z.B. Nebeneinander, hintereinander, Pendel)<br/>→ z.B. Sportiv (AB „DO 1“)</li> <li>• Angriffs- und Verteidigungsaufstellung im Doppel</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstellungsformen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Doppeltaktiken</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufstellungsformen</li> <li>- Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger</li> <li>- Grundstellung im Doppel</li> <li>- Kompassnadel</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Verhaltensweisen im taktischen Zusammenspiel im Doppel</li> <li>- Angemessenes Reagieren auf bestimmte Spielsituationen</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- situative Anwendung</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielbeobachtung</li> <li>- Präsentation und Ausführung der korrekten Aufstellungsformationen bei gegebenen taktischen Vorgaben</li> </ul> |

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV- Badminton](#)

| Jahrgangsstufe: 10   | Dauer des UVs: 6 DS  | Nummer des UVs im BF/SB: 7.10 |
|--|--|-------------------------------|
| <p><b>Thema des UV:</b> Endzonenspiele: Ultimate Frisbee entwickeln und Flag Football als weiteres Endzonenspiel vertiefend erproben</p>   |  |                               |
| <p>BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</p>   | <p><b>Inhaltsfeld(er):</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>  |                               |
| <p><b>Inhaltliche(r) Kern(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weitere Sportspiele</li> </ul>  | <p><b>Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1)</li> <li>• Interaktion im Sport (e2)</li> </ul>  |                               |
| <p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 1)</li> <li>• ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen. (BWK 3)</li> </ul> | <p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. (SK 2)</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. (MK 1)</li> <li>• einfache analoge und digitale Darstellung zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. (MK 2)</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. (MK 3)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die SuS können das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen. (UK1)</li> </ul> |                               |

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

| Didaktische Entscheidungen  | Methodische Entscheidungen  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe   | Leistungsbewertung   |
|---|---|--|--|
| <p><b>Inhalte</b><br/>                     Regelstrukturen zu Ultimate Frisbee unter Vorgabe von Spielidee (Punkte erzielen durch das Fangen des spielgeräts in der gegnerischen Endzone) und Spielgerät (Frisbee) kooperativ entwickeln und umsetzen.<br/>                     Kennenlernen und erproben des offiziellen Ultimate-Frisbee-Spiels.<br/>                     Exkurs: Kennenlernen und erproben eines weiteren Endzonenspiels (Flag-Football)</p> | <p>unter Vorgabe des Spielgeräts (Frisbee) und der Spielidee:<br/>                     Kleingruppenarbeit<br/>                     Spielideen entwickeln<br/>                     taktisch angemessene Verhaltensweisen entwickeln und anwenden</p> | <p><b>Gegenstände</b><br/>                     Fangen und Werfen der Frisbeescheibe (technisch-koordinativ)<br/>                     Entwicklung von taktischen Spielzügen (taktisch-kognitiv)</p> <p><b>Fachbegriffe:</b><br/>                     Frisbee<br/>                     Endzone<br/>                     Flag</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b><br/>                     Erarbeitung in Gruppen<br/>                     Spielbeobachtung</p> <p><b>punktuell:</b><br/>                     Präsentation der Spielideen</p> |

Weitere Materialien/ Tipps:



## 4. Individuelle Förderung im Sportunterricht

Individuelle Förderung ist unverzichtbar, wenn in einem kompetenzorientierten Unterricht ein bestimmter Output (verbindliche Kompetenzerwartung) von allen Schülerinnen und Schülern verlangt wird, unabhängig der individuellen Lernausgangslage.

In der 5. Jahrgangsstufe wird dem hohen Bewegungsdrang der Kinder durch eine vierte wöchentliche Sportstunde Rechnung getragen. Dadurch erhöht sich der Anteil des Freiraums, wodurch zum einen Zeit für die individuelle Förderung von motorischen Defiziten ist und zum anderen auch neue Herausforderungen für motorisch starke Kinder geschaffen werden können.

Zur Diagnostik von Lernschwierigkeiten dient die Beobachtung durch die Lehrkraft, physisch/motorische Tests (-MOT 10/12, Tests zur allgemeinen aeroben Ausdauerleistungsfähigkeit, Technikbögen/Taktikbögen zur gegenseitigen Beobachtungen durch die Schüler, Selbsteinschätzungsbögen)

Den unterschiedlichen Leistungsmöglichkeiten der Schüler soll durch binnendifferenzierende Maßnahmen im Unterricht Rechnung getragen werden.

Sportlich interessierten Schüler wird die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen (Jugend trainiert für Olympia, Schulmarathon, Milchcup, u.a.) empfohlen.

Verantwortungsvolle und sozial engagierte Schüler können sich ab der Stufe 9 zum Sporthelfer ausbilden lassen.

Das Angebot an Arbeitsgemeinschaften soll das Interesse der Schüler an Bewegung weiter fördern.

## 5. Leistung und ihre Bewertung

Das vorliegende Leistungskonzept im Fach Sport basiert auf dem Kernlernplan für das Gymnasium - Sekundarstufe I NRW, der allgemeinen Prüfungsordnung für die Sekundarstufe I (APO S I, § 6) und dem Schulgesetz § 48.

Die Bewertung im Fach Sport findet ausschließlich im Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen im Unterricht“ statt.

Die „Leistungsbewertung bezieht sich dabei auf die im Zusammenhang mit dem Unterricht erworbenen Kompetenzen“ (KLP, S. 38) in allen Kompetenzbereichen und erfasst das sportpraktische Handeln sowie mündliche und schriftliche Beiträge.

### Grundsätze der Leistungsbewertung im Sport

Die Kriterien der Notengebung sind den Schülerinnen und Schüler vor bzw. während jedem Unterrichtsvorhaben transparent mitzuteilen.

Die Beurteilung von Leistungen wird demnach „mit der Diagnose des erreichten Lernstandes und Hinweisen zum individuellen Lernfortschritt verknüpft“ (KLP, S.38). Ziel der individuellen Förderung im Fach Sport ist es auch die jeweils erreichte Kompetenz stärkenorientiert herauszustellen und die Schülerinnen und Schüler zum Weiterlernen zu ermutigen.

Grundsätzlich sind alle im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzbereiche (Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz, Sachkompetenz, Methodenkompetenz und Urteilskompetenz) mit ihren entsprechenden Kompetenzerwartungen bei der Leistungsbewertung angemessen zu berücksichtigen. Dabei bildet die **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz** die Basis der Leistungsbewertung. Diese muss jedoch

nicht ausschließlich auf die Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz bezogen werden. Außerdem wird ein isoliertes Abfragen einzelner Daten und Sachverhalte einer Leistungsfeststellung ebenfalls nicht gerecht.

Die Bewertung eines Unterrichtsvorhabens erfolgt vor dem Hintergrund der Bewegungsfelder und Sportbereiche auf der Grundlage der intentionalen Zielsetzungen des Unterrichtsvorhabens durch die Inhaltsfelder. „Die Kompetenzentwicklung [...] wird sowohl durch kontinuierliche Beobachtung während des Schuljahres [...] als auch durch punktuelle Überprüfungen [...] festgestellt (KLP, S. 39). Hinweise und Kriterien dazu sind im schulinternen Curriculum zu finden. Diese vorgeschlagenen Kriterien sind nicht als verbindlich zu betrachten, da die Gestaltung des Unterrichtsvorhabens und damit auch die Leistungsbewertung an das Leistungsniveau der Gruppe sowie an die räumlichen Gegebenheiten angepasst werden müssen. Der individuelle Leistungsfortschritt ist angemessen zu berücksichtigen.

Darüber hinaus gehen weitere **Aspekte sportbezogenen Verhaltens** in die Leistungsbewertung mit ein. Leistungen im Bereich sportbezogenen personalen und sozialen Verhaltens beziehen sich immer auf Kriterien, die im Unterricht erarbeitet und angewendet werden können. Dazu gehören:

- Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (selbstständiges und verantwortungsvolles Gestalten von sportlichen Handlungssituationen, u.a. Herrichten von Spielflächen und Geräten, Mannschaftsbildung, Vereinbaren von Regeln)
- Anstrengungsbereitschaft: Engagement und Motivation für sich selber und auf anderen übertragen
- Selbstständigkeit: Eigenverantwortung für die Sicherheit im Sportunterricht, selbstständiges Aufwärmen, Üben, Trainieren, Sportbekleidung tragen
- Fairness und Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit: Regeln des fairen Umgangs einhalten, Bereitschaft zeigen, die eigenen berechtigten Interessen auch zurückzustellen, in allen Gruppen konstruktiv mitzuarbeiten und gegenseitig zu unterstützen.

### **Formen der Leistungsbewertung**

In jedem Unterrichtsvorhaben ist zwischen **punktuellen** und **unterrichtsbegleitenden** Überprüfungsformen zu unterscheiden. Die Leistungsbewertung ist nicht auf eine einzelne Form zu beschränken, sondern muss eine Vielzahl von Leistungsdimensionen berücksichtigen.

Bei der Bewertung von Leistungen sollen auch **Qualität, Quantität** und **Kontinuität** der Beiträge berücksichtigt werden.

Zu den „Sonstigen Leistungen im Unterricht“ zählen:

1. Demonstration von Bewegungshandeln: Präsentationen von
  - a. technisch-koordinative Fertigkeiten
  - b. psycho-physischer Fähigkeiten
  - c. taktisch-kognitiver Fähigkeiten
  - d. ästhetisch-gestalterische Fähigkeiten
2. Fitness- und Ausdauerleistungstests im Sinne der Kompetenzerwartungen
3. Qualifikationsnachweise
  - a. Schwimmbzeichen in Bronze am Ende der Jahrgangsstufe 6
4. Wettkämpfe
  - a. leichtathletische Mehrkämpfe, Wettkämpfe
  - b. Turniere (zum Beispiel Volleyball oder Badminton)
5. Beiträge zur Unterrichtsgestaltung

- a. selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
  - b. Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
  - c. Helfen und Sichern
  - d. Geräte aufbauen und abbauen
  - e. Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben
  - f. Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
6. schriftliche Beiträge zum Unterricht, u.a.:
- a. Skizzen, Plakate, Tabellen
  - b. Kurzreferate
  - c. Stundenprotokolle
  - d. Übungs- und Trainingsprotokolle
  - e. schriftliche Übungen
  - f. Lerntagebuch
  - g. Hausaufgaben
7. mündliche Beiträge zum Unterricht
- a. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit
  - b. Beiträge zum Unterrichtsgespräch
  - c. Kurzvorträge
  - d. Präsentationen

### **Normtabellen für einzelne Sportarten**

#### Leichtathletik:

Als Normtabelle für die Leistungen im Bereich Leichtathletik gelten die Anforderungen für das **Sportabzeichen** entsprechend der einzelnen Altersstufen (Jahrgänge). Jedoch ist zu beachten, dass nicht jedes Unterrichtsvorhaben den Schwerpunkt auf das Inhaltsfeld d (Leistung) legt. Daher können auch abgewandelte Normwerte der Leistungsbewertung zu Grunde gelegt werden.

#### Schwimmen:

Der schulinterne Lehrplan sieht vor, dass das **Schwimmabzeichen in Bronze** am Ende der Jahrgangsstufe 6, spätestens jedoch am Ende der Jahrgangsstufe 8 erreicht wird.

### **Leistungsbewertung sportunfähiger Schüler**

Vorgaben zur Freistellung vom Sportunterricht finden sich in der BASS 12-52 Nr. 32:

Freistellungen im Schulsport können aus gesundheitlichen Gründen angezeigt sein, sie bedeuten aber immer auch den Entzug wertvoller Bewegungsreize. Sport unterrichtende Lehrkräfte, Schulleiterinnen und Schulleiter sowie Ärztinnen und Ärzte müssen ihre Entscheidung im Einzelfall in diesem Spannungsfeld sorgfältig abwägen. Freistellungen im Schulsport können nur in besonderen Ausnahmefällen und in der Regel zeitlich begrenzt auf Antrag der Erziehungsberechtigten erfolgen. Über eine **bis zu einer Woche** dauernde Freistellung vom Sportunterricht aus gesundheitlichen Gründen entscheidet der Sportlehrer bzw. die Sportlehrerin.

Eine Freistellung **über eine Woche** hinaus kann sie oder er nur aufgrund eines ärztlichen Zeugnisses aussprechen.

Bei einer befristeten Sportunfähigkeit, die eine Teilnahme am Unterricht nicht ausschließt, nimmt der Schüler entsprechend seiner Möglichkeiten am Unterricht teil. Der Schüler nimmt an allen *Leistungsnachweisen* teil, die nicht sportpraktisch sind. Die sportpraktischen Leistungsnachweise werden für diesen befristeten Zeitraum durch möglichst entsprechende theoretische Leistungsnachweise ersetzt. Dabei ist der Grundsatz der Vielfältigkeit der Leistungsnachweise zu gewährleisten.

Über eine Freistellung von **mehr als zwei Monaten** entscheidet der Schulleiter/die Schulleiterin aufgrund eines schulärztlichen Zeugnisses (Vorlage unter oben genannter BASS). Sofern der Freistellungsgrund offenkundig ist, kann auf die Vorlage des ärztlichen Zeugnisses verzichtet werden.

Für Schülerinnen und Schüler, die vorübergehend vom Schulsport befreit sind, besteht *Anwesenheitspflicht*, sofern diese nicht aus besonderen Gründen im Einzelfall aufgehoben wird.

Bei einer vollständigen oder vorübergehenden Teilfreistellung gibt die BASS folgende Vorgaben zur Leistungsbewertung: „Im Falle einer weitergehenden Teilfreistellung wird eine Note nur dann erteilt, wenn eine hinreichende Beurteilungsgrundlage gegeben ist.“

### **Außerunterrichtliche Leistungen**

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

## **6. Außerunterrichtliches Sportangebot am EMG**

Auch über den regulären Sportunterricht hinaus bietet das Ernst-Mach-Gymnasium Hürth seinen Schülerinnen und Schülern ein vielfältiges Bewegungsangebot.

Dazu zählt

- Angebot an Arbeitsgemeinschaften
- Sportkompaktwoche in der Stufe 7
- Teilnahme an Schulsportwettkämpfen (Jugend trainiert für Olympia, Milchcup, Schulmarathon, u.a.)
- Sporthelferausbildung
- Organisation von Turnieren für die Oberstufe (selbstständige Organisation durch die entsprechenden Sportkurse/Sporthelfer)
- Kooperation mit außerschulischen Partnern, z.B. Hürther Sportvereinen
- Bewegungsangebot in der Mittagspause auf den Schulhof und in der Turnhalle organisiert durch die Sporthelfer
- Kooperation mit weiteren Vereinen bei der Durchführung der Sportkompaktwoche