



Gebundene
Ganztagsschule
mit Deutsch-Englisch
Bilinguaem Bildungsgang

Schulinternes Curriculum SPORT für die Jahrgangsstufen 5 bis 10

Arbeitsstand: 05. Mai 2022

Inhaltsverzeichnis

1. Aufgaben und Ziele des Faches Sport am EMG.....	3
1.1 Inhaltsfelder.....	4
1.2 Inhaltliche Keme 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
2. Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen.....	11
3. Konkrete Unterrichtsvorhaben für die Stufen 5-10	15
3.1 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 5	15
3.2 Unterrichtsvorhaben für die Jahrgangsstufe 6	38
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
4. Individuelle Förderung im Sportunterricht.....	129
5. Leistung und ihre Bewertung	129
Grundsätze der Leistungsbewertung im Sport.....	129
Formen der Leistungsbewertung	130
Normtabellen für einzelne Sportarten	131
Leistungsbewertung sportunfähiger Schüler	131
Außerunterrichtliche Leistungen	132
6. Außerunterrichtliches Sportangebot am EMG	132

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	Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	• Wahrnehmung und Körpererfahrung • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen • Struktur und Funktion von Bewegungen • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens
b	Bewegungsgestaltung	• Variation von Bewegung • Präsentation von Bewegungsgestaltungen • Ausgangspunkte von Gestaltungen • Gestaltungskriterien
c	Wagnis und Verantwortung	• Handlungssteuerung • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen
d	Leistung	• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit • Leistungsverständnis im Sport • Trainingsplanung und Organisation
e	Kooperation und Konkurrenz	• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport
f	Gesundheit	• Unfall- und Verletzungsprophylaxe • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens • Gesundheitsverständnis und Körperbilder

1.2 Inhaltliche Kerne der einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche

(vgl. KLP S. 33f.)

Sind verbunden mit den inhaltlichen Schwerpunkten und in den Kompetenzerwartungen aufgegriffen

	Bewegungsfelder und Sportbereiche	Inhaltliche Kerne
1	Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	• Allgemeines und spezielles Aufwärmen • Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness • aerobe Ausdauerfähigkeit
2	Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	• kleine Spiele und Pausenspiele • Spiele aus anderen Kulturen
3	Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	• Grundlegende leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe
4	Bewegen im Wasser – Schwimmen	• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen • Schwimmarten einschließlich Start und Wende • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser
5	Bewegen an Geräten – Turnen	• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen • Akrobatik
6	Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	• Gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung • Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)
7	Spielen in und mit Regelstrukturen	• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball) • Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis) • weitere Sportspiele und Sportspielvarianten
8	Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport	• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee
9	Ringern und Kämpfen- Zweikampfsport	• Kämpfen mit- und gegeneinander

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

Pro Schuljahr: 35 Schulwochen

Stufe 5

4-stündig $35 \cdot 4 = 140$ Einzelstunden $\rightarrow$ 70 Doppelstunden

- 2/3 Obligatorik $\rightarrow$ ca. 47 Doppelstunden $\rightarrow$ schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum $\rightarrow$ ca. 23 Doppelstunden

Stufe 6

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

- 2/3 Obligatorik $\rightarrow$ min 35 Doppelstunden $\rightarrow$ schulinternes Curriculum
- 1/3 Freiraum $\rightarrow$ min 17 Doppelstunden

Für die Erprobungsstufe gesamt:

122 Doppelstunden

- 82 Doppelstunden Obligatorik $\rightarrow$ schulinternes Curriculum
- 40 Doppelstunden Freiraum

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

		Anzahl der Doppelstunden		
Bewegungsfeld		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	12	0	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	3*	0	3
9	Ringern und Kämpfen	8	0	8
	Obligatorik insgesamt	47	34	81
	Freiraum	23	18	41
	Gesamtstundenzahl	70	52	122

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 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

		Anzahl der Doppelstunden				
Bewegungsfeld		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
	Obligatorik insgesamt	34	46	34	23	137
	Freiraum	18	6**	18	12	54
	Gesamtstundenzahl	52	52	52	35	191

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 Tchoukball	Alle weiteren Sportspiele (z.B. Basketball, Handball, Fußball)
8	Badminton Volleyball	
9	Badminton Volleyball	
10	Badminton 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 Kristina Würminghausen	Benedikt Arz Svenja Hügel Maren Mayer
Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen	Alexander Jedosch David Klinke	Alexander Jedosch David Klinke
Laufen, Springen, Werfen- LA	Sandra Hembach Kristina Würminghausen	Sandra Hembach Klaudia Kwickert Kristina Würminghausen
Bewegen im Wasser – Schwimmen	Jan Hötzel Henry Sommer	Jan Hötzel
Bewegen an Geräten – Turnen	Jonas Arbeiter Anna Mehlich Jens Michaelis	Anna Mehlich Björn Schmuck
Gestalten, Tanzen, Darstellen- Gy/Tanz, Bewegungskünste	Anna Mehlich	Dorothee Behr Anna Mehlich
Spielen in und mit Regelstrukturen	Alexander Jedosch David Klinke	<u>Badminton:</u> Jonas Arbeiter Jens Michaelis <u>Tchoukball & Endzonenspiel:</u> Alexander Jedosch David Klinke
Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport	Anna Mehlich	Jan Hötzel
Ringern und Kämpfen	Jonas Arbeiter Jens Michaelis	Jonas Arbeiter Jens Michaelis

2. Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen

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>Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher turnen</i>	<i>Turnen 2</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>
<i>Ringern und Raufen – Typische Zweikampfsituationen lösen und verantwortungsbewusst kämpfen: Halten und Befreien</i>	<i>Kämpfen 2</i>
Stufe 6	
<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>

„Abgerechnet wird zum Schluss“ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	Leichtathletik 2
„Ohne Angst im Wasser“ - Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen	Schwimmen 1
„Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen einer Wechselzugtechnik	Schwimmen 2
„Springen und Tauchen ohne Angst und Übermut“ - Vielfältige Sprünge und Orientierung unter Wasser	Schwimmen 3
„Ich halte durch“ - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können	Schwimmen 4
„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	Gymnastik/Tanz 2
Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Partnerspiel (Badminton) taktisch sicher und regelgerecht bewältigen	Badminton 2
Sicher mit dem Waveboard – Erlernen einer angepassten Technik auf dem Waveboard und deren Anwendung in Spielformen	Gleiten 2
Stufe 7	
Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten	Wahrnehmen 3
Merkmale von Spielen aus anderen Kulturen erproben, variieren und reflektieren	Spiele entdecken 3
„Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen	Leichtathletik 3
Akrobatik – Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik unter Berücksichtigung der Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeit sowie der Sozialerfahrung.	Turnen 3
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)	Gymnastik/Tanz 3
Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken: kurzer Rückhand-Aufschlag	Badminton 3

<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>
<u>Stufe 8</u>	
<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>„Hiilffe!“ – 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>
<u>Stufe 9</u>	

<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>Ringen und Kämpfen - Erweiterung von Bewegungserfahrungen in der Zweikampfsportart Judo durch Haltegriffe am Boden</i>	<i>Kämpfen 5</i>
<u>Stufe 10</u>	
<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>Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher turnen</i>	<i>Turnen 2</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>
<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 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
Thema des UV: <i>Warm up und cool down – Grundlegende Aufwärm- und Entspannungstechniken kennenlernen, anleiten und reflektieren</i>		
BF/SB: <i>1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</i>	Inhaltsfeld(er): Leitend: a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen Ergänzend: f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): Allgemeines und spezielles Aufwärmen	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a.1) - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f.1) - Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f.2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen. [6 BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK ... unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben. [6 SK a.1] MK-- UK ... körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6 UK f.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte Kriterien allg. Aufwärmens: - Hohe Bewegungsintensität - Alle S beteiligt - Kontinuierliche Bewegung Ziel: aufgewärmt aber nicht überhitzt Neue als auch bekannte Lauf- und Fangspiele	Arbeit in Kleingruppen: Spiel überlegen und anleiten, mit Begründung, warum das Spiel gewählt wurde	Gegenstände Spiele: Fangspiele, Laufspiele Eine Entspannungstechniken: Phantasiereise, Ballmassage, Pizza Backen, ... Fachbegriffe Warm up/ Cool down Entspannen Herz-Kreislaufsystem Puls messen	unterrichtsbegleitend: Beobachtungskriterien: Aufwärmspiele hinsichtlich der Eignung bewerten Reflexion der Entspannungstechnik punktuell: Beobachtungskriterium: In der Kleingruppe ein Aufwärmspiel anleiten (je nach zur Verfügung stehender Zeit)

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
Thema des UV: Welche (Pausen-) Spiele machen am meisten Spaß? - verschiedene Spielideen kriteriengeleitet einschätzen, Regeln sinnvoll variieren und Lieblingsspiele (er-)finden		
BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld(er): E Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Kooperative Spiele • Kleine Spiele und Pausenspiele	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten • lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen • unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen.	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren, UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen.	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: - Kriterien und Prinzipien für ein gutes Spiel entwickeln Mögliche Schülerprinzipien: - sollen Spaß machen - Mannschaften spielen gegeneinander - Wettkampfgedanke - Regeln müssen vereinbart werden Fachbegriffe: - Kreativität - Wettkampf/ Fair Play	Gruppenarbeit (Erfahrungen bei der Gruppenarbeit austauschen sowie Probleme bei der Findung von Spielen besprechen und Lösungen finden) Fachbegriffe: - Gruppenarbeit - Spielfeld - Spielkartei	Reflektierte Praxis: Die SchülerInnen erarbeiten ihre Gruppenspiele, indem sie: - mögliche Spielideen, Regeln... aus der Spielkartei ziehen - ihre Materialien organisieren - ihre Spiele ausprobieren und optimieren - Spielidee, Regeln... schriftlich fixieren Fachbegriffe: s.o.	unterrichtsbegleitend: Überarbeitung und Veränderung der Spiele je nach Bedarf. Beobachtungskriterien: - Spielbarkeit - Kreativität - Spaßfaktor - Partizipationsfähigkeit aller... - evtl. Überarbeitung der Spiele punktuell: Beobachtungskriterium:

Weitere Materialien/ Tipps: www.sportunterricht.de

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 3.1
Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld(er): a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche(r) Kern(e): - grundlegendes leichtathletisches Bewegen - Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1] - leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1] - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2] MK - mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1] - einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben von sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Erlernen leichtathletischer Disziplinen (Lauf, Wurf, Sprung) in ihrer Grobform: - Laufen: Sprinten aus dem Hochstart, Schulung der Schrittfrequenz - Sprung: Reduktion auf Absprungzone, Zielform „Schrittsprung“ - Wurf: Schwerpunkt Schlagwurfbewegung („Nacheinander von Schulter-, Ellenbogen- und Handgelenk“) aus der Wurfauslage Fachbegriffe Bewegungsphasen bzw. Gliederung von Bewegung	Wechsel von induktiven (z.B. Erprobung und Vergleich vielfältiger Laufformen) und deduktiven Verfahren (z.B. Zielform Schrittsprung wird in einzelne Phasen zerlegt) Erproben von Laufübungen (z.B. Nummerläufe, Linienläufe, etc.) Reaktionsspiele, Staffeln Fachbegriffe Startkommando	Reflektierte Praxis: 50m Sprint inkl. Hochstart Schlagwurf aus dem Stand Schrittwertsprung aus Absprungzone Umgang mit Start- und Messgeräten (Klappe, Stoppuhr, Maßband) Fachbegriffe: Lauf ABC Wurf ABC Sprung ABC Sprint, Schlagwurf, Schrittwertsprung	unterrichtsbegleitend: <u>Beobachtungsschwerpunkte:</u> Bewegungsphasen Sprung und Wurf benennen und beschreiben Merkmale des Sprints kennen und erkennen („Ballen- vs. Fersenlauf“) Bewegungsausführung <u>Beobachtungskriterien:</u> Sprachliche Qualität, Verwendung von Fachbegriffen Motorische Qualität, individuelle Verbesserung punktuell: Vergleichskriterium Sportabzeichentabelle

Jahrgangsstufe 5:	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
Thema des UV: <i>Rolle, Handstand, Rad</i> – grundlegende Bewegungsfertigkeiten am Boden für die Gestaltung einer Kür nutzen		
BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltlicher Kern: • Normungebunden Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5]	Inhaltlicher Schwerpunkt: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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] • eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2] • grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden und nutzen [6 BWK 1.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1] MK • einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2] • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Turnen am Boden mit den Elemente Rolle, Handstand, Rad	- vom Leichten zum Schweren - Übungen (Stationenlernen) zur Körperspannung - Übungen (Stationenlernen) zum vielfältigen Rollen - von der Rolle zum Handstand zum Rad - Rolle vw (bei Zeit: rw) - Handstand in Partnerarbeit durch Geräteunterstützung - Rad erst wenn Handstand beherrscht wird	Reflektierte Praxis: - Körperspannung als Voraussetzung für turnerische Grundelemente - Wichtigkeit korrekt ausgeführter Helfergriffe Fachbegriffe: - Schlussstand - Bewegungsrichtung - Körperspannung - Körperachsen - Stützen, schulterbreit	unterrichtsbegleitend: - individuelle Verbesserung - Anstrengungsbereitschaft punktuell: - Turnkür bestehend aus: Rolle vorwärts, ½ Drehung, Handstand, Rad <u>Beobachtungskriterien:</u> - Bewegungsfluss - Verbindungselemente

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
Thema des UV: Springen und Stützen – an Kasten und Bock sicher Turnen		
BF/SB: 5 Bewegungen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld(er): • c: Wagnis und Verantwortung • a: Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche(r) Kern(e): • normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Handlungssteuerung (c1) • Struktur und Funktion von Bewegungen (a3)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Springen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (Kasten/Bock) demonstrieren [BWK 5.1] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [SK c2] • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [SK c3] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [MK a1] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3] UK • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
• Anlauf • Sprung • Landung • Stützen Gegenstände: • Bock • Pferd • Unterschiedliche Kästen • Bänke	• vom Leichten zum Schweren • einfache Sprünge • Sprunghocke über Hindernisse • Unterschiedliche Höhen	Reflektierte Praxis: • Partnerkämpfe • Gruppenkämpfe • Techniken des Haltens und Befreiens Fachbegriffe: - Sicherheit - Hilfestellung Begriffe der Gegenstände	unterrichtsbegleitend: • Beobachtung des Lernfortschritts • Sozialverhalten Beobachtungskriterien: • Kontinuierliches Üben • Zunehmende Schwierigkeit • Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit • Beachtung der Sicherheit • Korrekte Hilfestellung punktuell: • Ausführungsqualitätsüberprüfung von drei unterschiedlichen Sprüngen Beobachtungskriterium: • beidbeiniger Absprung • gleichzeitiger Handaufsatz • ohne weitere Berührung des Hindernisses

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 6.1
Thema des UV: Gemeinsam Musik und Rhythmus in Bewegung umsetzen - Hip-Hop, Jumpstyle und co.		
BF/SB:6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste	Inhaltsfeld(er): b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)	Inhaltliche Schwerpunkte: • Variation von Bewegung [b]/ Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b] • Wahrnehmungsfähigkeit verbessern, Bewegungserfahrungen erweitern [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende Merkmale von Bewegungsqualität (u.a. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Raumorientierung) wahrnehmen und in Bewegungsgestaltungen (Gymnastik oder Tanz) in der Gruppe anwenden • einfache ästhetisch-gestalterische Bewegungsgestaltungen oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Kompositionen präsentieren [6 BWK 6.2] • grundlegende Aufstellungsformen und –formationen anwenden und beschreiben	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b 2] MK • einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b 2] • grundlegende Aufstellungsformen und –formationen anwenden und beschreiben UK • kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Mögliche Inhalte: • Rhythmusschulung: Bewegung der Musik anpassen (sich im Rhythmus der Musik frei bewegen, klatschen, stampfen) • eine einfache Tanzschrittfolge eines vorgegebenen Tanzes (z.B. Hip-hop, Jumpstyle) aufnehmen und sich in der Gruppe synchron bewegen (mit oder ohne Handgerät) • Tanzschritte und Tanzfiguren verbinden und zu einer Kleingruppengestaltung gelangen • Erlernen und Festigen eines Bewegungsablaufs zu den vorgegebenen Grundformen	• Vormachen – nachmachen Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit • Verständigung über Organisation in der Gruppe, Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe	Reflektierte Praxis: Kriterienorientierte Reflexion und Benennung von Bewegungsmerkmalen Fachbegriffe: wesentliche Bewegungskriterien einer Choreographie benennen können, wie z.B. – Bewegungsqualität und Bewegungskriterien (Raum, Ausdruck, Zeit) – Synchronität – Zählzeit	unterrichtsbegleitend: • Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft Beobachtungskriterien: • ausdauerndes Üben • Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe Beobachtungsschwerpunkte: punktuell: Bewegungsqualität Beobachtungskriterium: • technisch richtige Ausführung • Rhythmussicherheit • Anpassung an den Partner

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe 5:	Dauer des UVs: 3 DS	Nummer des UVs im BF/SB: 7.1
Thema des UV: <i>Von der Ball- und Schlägergewöhnung über grundlegendes Spielverständnis im Tischtennis zur erfolgreichen Teilnahme am Milchcup-Turnier.</i>		
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz
Inhaltlicher Kern: Partnerspiele (Tischtennis)		Inhaltlicher Schwerpunkt: Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [BWK 7.1]? - in dem ausgewählten Partnerspiel Tischtennis grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Merkmale für faires und kooperatives sportliches Handeln benennen [SK e1] - sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren im Tischtennis beschreiben. [SK e2] MK - selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6MK e1] UK - 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]

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Ball- und Schlägergewöhnung - Spieleröffnung durch den Vorhand-Aufschlag (nach vereinfachten Regeln – z.B. Ballhochwurf von 16cm nicht erforderlich) - Vor- und Rückhandschläge	- Ball- und Schlägergewöhnung ohne Tischtennistische - gemeinsamer und sachgemäßer Aufbau der Tische, um auf Gefahrenquellen und sorgfältigen Umgang mit den Materialien hinzuweisen - „output-orientierte“ Übungen (Gegenstände auf der anderen Tischseite treffen, möglichst nah über das Netz spielen etc.) - viele Tische aufbauen, um oft wechselnde Gegner zu haben (Turnierformen) - Rundlauf (nach Milchcup-Regeln)	Reflektierte Praxis: - Spielsituationen, die Vor- bzw. Rückhandschläge erfordern - Tischtennisregeln (Einzel) Fachbegriffe: - Shakehand-Haltung - Vorhand-Schlag - Rückhand-Schlag - Spiel, Satz, Gewinnsätze - Rally-Point-Zählweise	unterrichtsbegleitend: - individuelle Verbesserung - Anstrengungsbereitschaft punktuell: - z.B. Einzel-Turnierform (Kreuzchenturnier) oder Rundlauf-Turnier in Mixed-Teams <u>Beobachtungskriterien:</u> - Technik, Taktik - Regelkenntnisse

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

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV: Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen – Über technische Fertigkeiten zum Spiel		
BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton	Inhaltsfeld(er): • leitend: A • ergänzend: E	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Partnerspiele	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (A) • Struktur und Funktion von Bewegungen (A) • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (E)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden, • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch situationsorientierten Handlungen anwenden.	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen MK • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen, • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Erlernen der Griffhaltung (Universalgriff + Rückhandgriff) - Erlernen der Schwungschleife - Erlernen des hohen Aufschlags (Vorhand) - Erlernen des Vorhand-Unterhand-Clears Fachbegriffe - Universalgriff - Schwungschleife - Spielformen (1:1; 2:2) - Zählssystem - hoher Aufschlag - Clear	- Partner- und Kleingruppenarbeit Fachbegriffe - Partnerarbeit - Gruppenarbeit - Spielfeld, Federball, Schläger - Grundstellung - Treffbereiche	Reflektierte Praxis: - Grundschläge (Übungsformen zum Erlernen einzelner Grundtechniken z.B. Aufschlag, Clear) - Spielsystem 1:1 Fachbegriffe s.o.	unterrichtsbegleitend: kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: - Spielbeobachtung - Präsentation der Grundtechniken

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 5-6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
Thema des UV: Projekt/ Verkehrssicherheitstraining mit dem Fahrrad		
BF/SB:8 <i>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport / Wintersport</i>	Inhaltsfeld(er): f - Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): 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.	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Unfallgefahr - Richtiges Verhalten im Straßenverkehr - Praktische Fahrradprüfung um den Kreisverkehr an der Bonnstraße.	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK ... sich mit dem Fahrrad fortbewegen, Hindernisse geschickt umfahren sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen.	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen MK - grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten UK - Gefahrenmomente beim Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte 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. Es gliedert sich in drei Teile Inhaltliche Vorbesprechung Praktische Fahrradprüfung um den Kreisverkehr an der Bonnstr. Reflexion Eine abweichende Schwerpunktsetzung kann in Absprache gelegt werden			Es erfolgt keine Leistungsbewertung

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

Jahrgangsstufe 5:	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
Thema des UV: „Vielfältig und fair“ – allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen		
BF/SB: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche Kern: • Kämpfen um Raum und Gegenstände • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche Schwerpunkt: Interaktion im Sport [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen MK • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeld-spezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten (z.B. als Mattenrichter)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

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

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

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 9.2
Thema des UV: Ringen und Raufen – Typische Zweikampfsituationen lösen und verantwortungsbewusst kämpfen: Halten und Befreien		
BF/SB: 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfeld(er): • c: Wagnis und Verantwortung • e: Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Kämpfen mit- und gegeneinander	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Handlungssteuerung (c) • Interaktion im Sport (e)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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] • In einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen in Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben. [SK c1] MK • Verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen. [MK c1] • In sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [MK e2] UK • Einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [UK c1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
• Zweikampfspiele in der Gruppe • Partnerkämpfe um eine Körperposition • Einführung erster Techniken des Haltens und Befreiens	• Regeln und Rituale einhalten • induktives Erarbeiten verschiedener Haltegriffe und Befreiungen • Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner • Bodenkämpfe in Turnierform	Reflektierte Praxis: • Partnerkämpfe • Gruppenkämpfe • Techniken des Haltens und Befreiens Fachbegriffe: • Gegendruck • Körperschwerpunkt • Halten und Befreien • Beinklammer • Bezeichnungen der Haltegriffe im Judo, z. B.: ○ variierter Schärpenhaltegriff (Kuzure-kesa-gatame) Seitvierer (Mune-gatame)	unterrichtsbegleitend: • grundlegende Fertigkeiten • Anwenden erlernter Techniken • Einsatz taktischer Verhaltensweisen ○ Erkennen und Ausnutzen von Situationen ○ flexibles Reagieren in Situationen • Regelkenntnis • Sicherheitsverhalten • soziale Kompetenzen: ○ Hilfsbereitschaft ○ Rücksichtnahme ○ Kooperationsbereitschaft/Fairness ○ Regeleinhaltung punktuell: • Judo Techniken z.B.: Kuzure-kesa-gatame und Mune-gatame • Sicherheitsverhalten

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.

3.2 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>„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>

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
Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben		
BF/SB: 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen	Inhaltsfeld(er): Leitend: d Leistung Ergänzend: f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Ausdauerfähigkeit	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d.1) • Leistungsverständnis im Sport (d.2) • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f.2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Die SuS können... ... eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min , Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen. [6 BWK 1.4]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK ... psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen. [6SK d.2] ... psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben. [6SK d.2] MK - UK ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen. [6UK d.1] körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen. [6UK f.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte , zum Beispiel - 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? - Biathlon: Anstrengung und Konzentration, von welchen Faktoren hängt meine Leistungsfähigkeit ab - Einschätzen durch einen Partner: Rote-Kopf-Polizei/Puls-Polizei: einfacher Kriterien, an denen die SuS merken, dass sie sich überlastet haben. - individuelle anaerobe / aerobe Belastungen wahrnehmen und eigene Leistungsfähigkeit einschätzen - Anpassung der eigenen Geschwindigkeit in Abhängigkeit der Leistungsfähigkeit - Merkmale körperlicher Reaktionen	- Selbständiges Einschätzen auf einem Bogen - Einschätzen der eigenen Leistungsfähigkeit in einem Gespräch mit dem Partner Möglichkeit der Individualisierung: - eigene Ziele definieren - Lernen an Stationen - Beobachtungsbogen u körperlichen Merkmalen beim Ausdauerlauf - Nutzung öffentlicher Parks und Anlagen für das eigene Sporttreiben	Gegenstände - Laufspiele - Einschätzungsbögen (zum Beispiel vereinfachte BORG-Skala) - Runden- und Streckenläufe, Zeitläufe Fachbegriffe - Körperreaktionen (Schwitzen, Durchblutung, Atemfrequenz,) - Fühlen (k.o., gut, nicht ausgelastet)	unterrichtsbegleitend: Beobachtungskriterien: - Selbsteinschätzung reflektieren, sich beim nächsten Mal besser einschätzen - Anstrengungsbereitschaft Punktueller Leistungsüberprüfung - Eine nicht normierte MZA I (15 Minuten) im Laufen erbringen - Kriterium Laufen ohne Unterbrechung

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 3	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
Thema des UV: Systematisch und strukturiert spielen lernen – grundlegende Spielfertigkeiten und -fähigkeit in Kleinen Spielen anwenden		
BF/SB: 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen	Inhaltsfeld(er): • leitend: E	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Kooperative Spiele • Kleine Spiele	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (E) • Interaktion im Sport (E)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen • Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen. MK • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen, • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren. UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten.	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: - vorgegebene Spielidee und Regeln anwenden - technisch-koordinative Fertigkeiten (fangen, werfen, passen, laufen usw.) einbringen und verbessern - taktische Fähigkeiten entwickeln - gemeinsam mit anderen spielen Fachbegriffe: - koordinative Fertigkeiten (Antizipation, Reaktion, Orientierungsfähigkeit) - Einzel-/ Gruppentaktik	- Gruppenarbeit (Spielregeln, Personenzahl, Spielmaterial verändern) - Durchführung und Bewertung von veränderten Spielen Fachbegriffe: - Gruppenarbeit - Gruppentaktik	Reflektierte Praxis: - Brennball und Variationen - Völkerball und Variationen - Zombieball und Variationen - Ball über die Schnur Fachbegriffe: - Technik - Taktik	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft - Fairness - Kooperationsbereitschaft und Kooperationsfähigkeit punktuell: Durchführung eines ausgewählten kleinen Spiels Beobachtungskriterien: - technische Fertigkeiten - taktische Fähigkeiten - teamorientiertes Spiel

Weitere Materialien/ Tipps: www.sportunterricht.de

Jahgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 3.2
Thema des UV: <i>Abgerechnet wird zum Schluss</i> – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch		
BF/SB: 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfeld(er): d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2] • einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] MK • einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1] UK • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- bekannte leichtathletische Disziplinen aus der Jgst. 5 auf einem verbessertem technisch-koordinativen Fertigniveau erlernen: • Laufen: Erlernen der Tiefstarttechnik, Verbesserung der Aktions- und Reaktionsschnelligkeit, Schulung der Beschleunigungsfähigkeit • Sprung: Reduktion auf Absprungzone, vereinfachte Zielform „Hocksprung“ • Wurf: Schwerpunkt 3er Rhythmus und Schlagwurfbewegung („Nacheinander von Schulter-, Ellenbogen- und Handgelenk“) Fachbegriffe Bewegungsphasen bzw. Gliederung von Bewegung	Wechsel von induktiven (z.B. Erprobung und Vergleich vielfältiger Laufformen) und deduktiven Verfahren (z.B. Zielform Hocksprung wird in einzelne Phasen zerlegt) Erproben von Laufübungen (z.B. Nummerläufe, Linienläufe, etc.) Reaktionsspiele, Staffeln, Steigerungsläufe Einsatz von Beobachtungsbögen (Partnerkorrektur)	Reflektierte Praxis: 50m Sprint inkl. Tiefstart Schlagwurf aus 3 Schritten Anlauf Hocksprung aus Absprungzone Umgang mit Start- und Messgeräten (Klappe, Stoppuhr, Maßband) Fachbegriffe - Sprint, Schlagwurf, Schrittweltsprung - disziplinabhängige Einführung von Fachbegriffen (z.B. „Schwung- vs. Sprungbein“, „Wurfauslage“,)	unterrichtsbegleitend: <u>Beobachtungsschwerpunkte:</u> • Bewegungsphasen Sprung und Wurf benennen und beurteilen • Merkmale des Sprints kennen und erkennen („Ballen- vs. Fersenlauf“) • Bewegungsausführung Lauf, Sprung, Wurf <u>Beobachtungskriterien:</u> Sprachliche Qualität, Verwendung von Fachbegriffen Motorische Qualität, individuelle Verbesserung punktuell: • Techniküberprüfung • Bundesjugendspiele • Vergleichskriterium Sportabzeichentabelle

Jahgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 2	Nummer des UVs im BF/SB: 4.1
Thema des UV: „Ohne Angst im Wasser“ - Wassergewöhnung und Wasserbewältigung als Voraussetzung für sicheres Schwimmen			
BF/SB: 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen <u>Ergänzend:</u> c Wagnis und Verantwortung f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): - sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen - Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Wahrnehmung und Körpererfahrung (a) - Handlungssteuerung (c) - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen - grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (a) - wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a) - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (c) - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f) MK - Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen (f) UK - einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (a)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
• Gewöhnung an ein neues Gleichgewichtsverhalten im Wasser • Erleben des Auftriebs • Rotationen im Wasser • Öffnen der Augen unter Wasser • Schulung der Atmung • Erleben von Wasserdruck und Wasserwiderstand • Erarbeitung einer für den Vortrieb optimalen Wasserlage im Gleiten	• kleine (Partner-)Spiele zur Wassergewöhnung (z.B. Tauch und Suchspiele, die das Öffnen der Augen der Augen erfordern) • Staffeln zur Überwindung des Wasserwiderstands • Kontrastübungen in Kleingruppen zur optimalen Wasserlage im Gleiten	Reflektierte Praxis: • grundlegende Regeln beim Schwimmen • Atemtechnik • elementare Gesetzmäßigkeiten im Wasser (z.B. Auftrieb, Wasserwiderstand) • optimale Gleitposition (anhand von Kontrastblättern) Fachbegriffe: • Auftrieb • Rotationsachsen • Wasserwiderstand • Wasserlage • Vortrieb • Gleiten	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen • Einhalten der Baderegeln punktuell: Demonstration einer Gleitphase Beschreiben und Begründen der Sicherheits- und Baderegeln <u>Beobachtungskriterien:</u> • Wasserlage • Weite beim Gleiten

Weitere Materialien/Tipps:

Jahrgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 4.2
Thema des UV: „Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen einer Wechselzugtechnik			
BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen <u>Ergänzend:</u> d Leistung	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Schwimmtechniken einschließlich Start und Wende		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Struktur und Funktion von Bewegungen (a) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben (a) • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (a) MK • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen (a) • einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden (a) UK • einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen (a) • ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (d)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
• Erlernen des Kraul-Beinschlags • Erlernen des Kraul-Armzugs • Erlernen der Atemtechnik • Koordination von Arm- und Beinbewegung sowie Atmung • Erlernen des Startsprungs • Erlernen der Kippwende	• Exploratives Lernen des Armzugs und Beinschlags (z.B. durch Kontrastübungen) • Teillernmethode • Üben unter erleichterten Bedingungen und Einsatz von Hilfsmitteln (z.B. Schwimmbrett, Pull-Buoy) • Partnerbeobachtung und -korrektur/ Kann-Blätter • Einsatz von Visualisierungen • Staffelspiele (z.B. Pendelstaffel) • Wettschwimmen	Reflektierte Praxis: • Bewegungsbeschreibung der Teiltechniken des Kraulschwimmens • Bewertung einer Technik nach Effektivität (Vortrieb) • Kopfsteuerung • Reflexion anhand von Beobachtungsbögen Fachbegriffe: • Beinschlag, Armzug • Phaseneinteilung (Zug-, Druck-, Rückholphase) • Wechselzugtechnik • Wasserlage • Vortrieb	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen • Partnerarbeit • Progression in Technikausführung punktuell: Demonstration der Kraultechnik <u>Beobachtungskriterien:</u> • effektiver Armzug • effektiver Beinschlag • regelmäßige Atmung • gute Wasserlage und Vortrieb • Durchhalten der Kraultechnik über eine angemessene Strecke

Weitere Materialien/Tipps:

Jahrgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 2	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
Thema des UV: „Springen und Tauchen ohne Angst und Übermut“ - Vielfältige Sprünge und Orientierung unter Wasser			
BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> c Wagnis und Verantwortung <u>Ergänzend:</u> f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Handlungssteuerung (c) - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben (c) - grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen (f) MK / UK - einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen (c)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
- Streckentauchen - Gegenstandtauchen - Öffnen der Augen unter Wasser - Sprungvarianten (Fußsprünge, Kopfsprünge)	Tauchen: - Tauchen mit Partnerbeobachtung - induktives Lernen (z.B. Erfahren von angemessenem Atemvolumen) - kurze Strecken, dann lange Strecken tauchen - verschiedene Tauchaufgaben (z.B. untereinander her tauchen) - kleine Orientierungsspiele Springen: - Grundsprünge (Fußsprünge mit und ohne Drehung, Grätschwinkelsprung, Hocksprung usw.) - Sprünge mit Partner kombinieren und koordinieren (Nach Bewegungsaufgaben). - Sprünge aus verschiedener Höhe (Beckenrand, Startblock, Sprungbrett) - verschiedene Sprungaufgaben (von Fuß- bis Kopfsprung) - kreatives, exploratives Springen - Springen ohne, mit wenig, mit maximal viel „Spritzen“ - Tiere springen - Rollen ins Wasser	Reflektierte Praxis: - Sicherheit beim Springen und Tauchen - Beschreibung möglicher Gefahren beim Tauchen und Springen - Sprungart je nach Gewässersituation - Angstüberwindung Fachbegriffe: - Hyperventilieren - Atemvolumen - Druckausgleich - Auftrieb	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> - Einhalten der Sicherheitsabsprachen - Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft - Mitarbeit in Gesprächsphasen punktuell: - von der Wasseroberfläche einen Gegenstand aus 2m Tiefe heraufholen - Streckentauchen <u>Beobachtungskriterien:</u> /

Weitere Materialien/Tipps:

Jahrgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 2	Nummer des UVs im BF/SB: 4.4
Thema des UV: „Ich halte durch“ - in einer selbst gewählten Schwimmtechnik ausdauernd schwimmen können			
BF/SB: 4 Bewegungen im Wasser - Schwimmen		Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> d Leistung <u>Ergänzend:</u> f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d) - gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens (f)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen (d) MK - einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden (d) UK - ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen (d) - körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen (f)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
• Schwimmen im gleichförmigen Tempo • Längeres Schwimmen mit und ohne Unterbrechung	• Trainingsmethoden des Ausdauertrainings (Intervallmethode, Dauermethode) • Staffelformen mit ausdauerndem Anforderungsprofil	Reflektierte Praxis: • Bewegungskriterien für ausdauerndes Schwimmen • erneute Thematisierung der Atmung • Diskussion verschiedener Ausdauermethoden Fachbegriffe: • Ausdauer • Intervallmethode • Dauermethode	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen punktuell: / <u>Beobachtungskriterien:</u> /

Weitere Materialien/Tipps:

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 6.2
Thema des UV: „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		
BF/SB:6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungsküste	Inhaltsfeld(er): b – Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche(r) Kern(e): gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Variation von Bewegung [b] - Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, Seil oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1] MK - Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1] UK kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Erlernen und Festigen eines Bewegungsablaufs zu den vorgegebenen Grundformen unter Einbeziehung des Handgeräts	• Vormachen – nachmachen • Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit • Verständigung über Organisation in der Gruppe, Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe	Reflektierte Praxis: Formation Synchronität der Gruppe Rhythmik Seilbeherrschung Springen vw /rw Schlusssprünge Schwingen bzw. Führen des Handgeräts Fachbegriffe: s.o.	unterrichtsbegleitend: • Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft Beobachtungskriterien: • ausdauerndes Üben • Entwickeln und Präsentieren der Gestaltungsaufgabe • Kooperation punktuell: Bewegungsqualität Beobachtungskriterium: • technisch richtige Ausführung • Rhythmussicherheit • Anpassung an den Partner

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
Thema des UV: Mit dem Partner mit und gegeneinander spielen! – einfache Aufgaben im Partnerspiel (Badminton) taktisch sicher und regelgerecht bewältigen			
BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Badminton		Inhaltsfeld(er): - leitend: E - ergänzend: A	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Partnerspiele		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Interaktion im Sport	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten, • in dem ausgewählten Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch situationsorientierten Handlungen anwenden.		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen (A) MK • mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen, (A) • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen (E) UK • sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten (E)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Festigen des hohen und Erlernen des kurzen Aufschlags (Vorhand) - Erlernen des kurzen Rückhandaufschlags - Festigen des Vorhand-Unterhand-Clears - Erlernen des Vorhand-Überkopf-Clears - Grundlegende taktische Fähigkeiten Fachbegriffe s.o.	- Erstellen von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken Fachbegriffe Treffbereiche Grafik	Reflektierte Praxis: - Grundsätze (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear) - Spielsystem 1:1 sowie 2:2 Fachbegriffe s.o.	unterrichtsbegleitend: - kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: Beobachtungskriterien: - Spielbeobachtung - Präsentation der Grundtechniken

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

Jahrgangsstufe: 6		Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 8.2
Thema des UV: Sicher mit dem Waveboard – Erlernen einer angepassten Technik auf dem Waveboard und deren Anwendung in Spielformen			
BF/SB:8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/ Wintersport		Inhaltsfeld(er): c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Umgang mit dem Gleichgewicht • Die Regulierung der Geschwindigkeit • Das Lenken/ Verlagerung des Körperschwerpunktes schulen • Die Sicherheitsregeln		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Handlungssteuerung (u.a. Regeln und Verfahren zum Umgang mit Risiken bzw. zur Risikovermeidung oder -minderung)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Sus können Bewegungsabläufe beim Gleiten, Fahren oder Rollen unter ökonomischen oder gestalterischen Aspekten ausführen sowie dabei eigene Fähigkeiten und Grenzen berücksichtigen		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Bewegungsaufgaben mit und ohne Partnerhilfe zu rollen/ Kennenlernen des Waveboards MK • grundlegende Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen beim Fahren oder Rollen beschreiben und verlässlich einhalten UK • Gefahrenmomente beim Fahren oder Rollen für sich und andere situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Mögliche Inhalte: • Herausarbeiten einer eigenen Technik, um möglichst ökonomisch, d.h. lange Waveboard zu fahren • Verschiedene Bremsmöglichkeiten • Hilfestellungen durch einen Partner • Spielformen zur Geschicklichkeit mit dem Waveboard	• Partnerarbeit • Gruppenarbeit	Reflektierte Praxis: - Technik - Bremstechniken - Erste Hilfe bei Stürzen Fachbegriffe: - „Nose-Plattform“ - „Wellenbewegung“	unterrichtsbegleitend: -Hilfeleistung/ Unterstützung -Steuern des Boards mit Vorausdrehen und Kanten Beobachtungsschwerpunkte: - Fahren mit einfachen Freestyle-Elementen punktuell: -

Weitere Materialien/ Tipps:

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>Sportkompaktwoche</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
Thema des UV: <i>Sport ist so vielseitig! – sich durch sachgerechtes Aufwärmen auf verschiedene Anforderungen vorbereiten</i>		
BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] • Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • allgemeines und spezielles Aufwärmen [1]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a.1] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3] • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [BWK 1.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern. [SK f.2] MK • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [MK f.1] • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [MK a.1] UK	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
– Funktionen des Aufwärmens, z.B. Verbesserung der allg. organischen Leistungsfähigkeit – Verbesserung der koordinativen Leistungsbereitschaft – Optimierung der psychischen Leistungsbereitschaft – Schutz vor Verletzungen – Allgemeines und sportartenspezifisches Aufwärmen bei unterschiedlichen Anforderungssituationen (Sportspiele, LA, Turnen, ...) • Vielfältige Laufspiele/ Fangspiele/Ballspiele • Lauf ABC • Seilchen springen • Dehnungsübungen • Kräftigungsübungen • Stabilitätsübungen Je nach sich anschließenden Themen und Sportarten sind die Inhalte zu spezifizieren.	– Erarbeitung in Kleingruppen – Selbstständige Durchführung und Reflexion einzelner Aufwärmprogramme – Verschriftlichung des Aufwärmprogramms in einem standardisierten Bogen (Vorschläge finden sich unter dem Link (s.u.)) – Kriterienorientierte Bewertung des Aufwärmprogramms durch die Mitschüler – 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.	Reflektierte Praxis – Bei welchen anschließenden Belastungen sollte gedehnt werden? – Kräftigung? – Merkmale körperlicher Reaktionen vor/während und nach dem Aufwärmen erkennen und bewerten können – Materialauswahl, Organisationshilfen, Sicherheitsgrundsätze des Aufwärmens Fachbegriffe – Allgemeines Aufwärmen – Sportartenspezifisches Aufwärmen – Dehnen – Kräftigen /Stabilisieren – Gruppenarbeit – Beobachtungsbogen/ (Fremdbeobachtung)	unterrichtsbegleitend: – Kriteriengeleitete Reflexion über das selbstständig durchgeführte bzw. von Mitschülern angeleitete Aufwärmprogramm punktuell: – Durchführen eines Aufwärmprogramms <u>Beobachtungskriterien:</u> – Passung des erarbeiteten Aufwärmprogramms zur anschließenden Belastung – Motivierende Spiel- und Übungsformen – Verhältnis Organisation, Materialaufwand

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
Thema des UV: Merkmale von Spielen aus anderen Kulturen erproben, variieren und reflektieren			
BF/SB: 2 - Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfeld(er): e - Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Spiele aus anderen Kulturen		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

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

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
Thema des UV: „Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen		
BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz f - Gesundheit	
Inhaltliche Kerne: • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe	Inhaltliche Schwerpunkte: • Leistungsverständnis im Sport [d] • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1] • einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK • die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1] UK • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Mit den bereits erlernten leichtathletischen Fertigkeiten einen Wettkampf durchführen - Wiederholung der leichtathletischen Fertigkeiten - Kennzeichen eines grundlegenden Wettkampfverhaltens erarbeiten - Durchführung eines Dreikampfes (Sprint, Wurf, Sprung) - kritische Reflexion des Leistungsbegriffs	- Die Wiederholung der leichtathletischen Fertigkeiten kann selbstständig mit Hilfe von Stationskarten erfolgen - Zeigen eines Mehrkampfausschnittes auf dem Laptop oder Beamer möglich mit z.B. geteilter Aufmerksamkeitslenkung auf Regeln, individuelle Verhaltensweisen,... - gemeinsame Gestaltung und Durchführung eines Wettkampfes; auch Kampfrichteraufgaben werden von S übernommen - kritische Reflexion des Leistungsbegriffs Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe: - Wiederholung der leichtathletischen Fertigkeiten Sprint, Sprung und Wurf - Erarbeitung grundlegender Wettkampffregeln - Erarbeitung grundlegender Wettkampfverhaltensweisen - Durchführung eines Dreikampfes - kritische Reflexion des Leistungsbegriffs	Reflektierte Praxis: - Thematisierung grundlegender Wettkampffregeln und -verhaltensweisen - Erprobung eines Wettkampfes - kritische Reflexion des Leistungsbegriffs und des Einsatzes als Kampfrichter Fachbegriffe: - Leistung - Fairness - Objektivität - Individualität	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation - Übungs- und Trainingsverhalten - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Beteiligung an Reflexionsphasen punktuell: - Techniküberprüfung - normorientiertes Bewerten von individuellen Leistungen - Einsatz als Kampfrichter

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
Thema des UV: <i>Akrobatik</i> – Einführung in die Partner- und Gruppenakrobatik unter Berücksichtigung der Ausdrucks- und Gestaltungsfähigkeit sowie der Sozialerfahrung.		
BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] • Bewegungsgestaltung [b] • Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Akrobatik [5]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a.1] • Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [BWK 5.2] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [f.1] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Vorübungen zur Körperspannung und Vertrauen als Grundvoraussetzung zum Pyramidenbau • Erarbeitung von grundlegenden Sicherheitsaspekten und Regeln/ Vereinbarungen im Hinblick auf dem Auf- und Abbau von Pyramiden • Vergleich von verschiedenen Handgriffen: Hand-in-Hand-Griff, Ellenbogengriff, Handgelenksgriff • Anwendung der richtige Griffarten • Erarbeitung von verschiedenen Pyramiden Fachbegriffe • Begriffe zur Unfall- und Verletzungsprophylaxe	• Erproben und Experimentieren von verschiedenen Pyramiden und Übergängen • Organisationsformen • Eigenverantwortliches Arbeiten/ Sicherheitsregeln einhalten • Gruppenprinzipien einer Gruppenpräsentation kennen • Körperspannung • Fließende Übergänge passend zur Musikauswahl Fachbegriffe • Kleingruppe • Formationen in 4er und 5er Gruppen	Gegenstände: • Partnerpyramiden • Gruppenpyramiden • Verbindungen der Elemente z. B. vom Schulterstand zum Stuhl Fachbegriffe • Griffarten (Handgelenk-Griff, Ellenbogengriff, Fingergriff) • Richtiges Auf- und Absteigen • Kraft und Koordination als motorische Grundeigenschaft in der Akrobatik	unterrichtsbegleitend: • Beobachtung des Lernfortschritts • Engagement Beobachtungskriterien: • Bewegungsqualität bei der Ausführung • Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit • Beachtung der Sicherheit punktuell: Beobachtungskriterium: • Sicherheit der Ausführung • Bewegungsqualität

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 6.3
Thema des UV: <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>		
BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsgestaltung [b] • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung [6]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2] • Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2] • Gestaltungskriterien [b.4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Erlernen von Basisschritten • Gestalten kleiner Bewegungsfolge • Erarbeitung einer Partner- oder Gruppenkür Fachbegriffe • Vorjump • Basic Jump • The Hook Jump • ½ Turn Jump • Tip left and right Jump • Tip front and back Jump Anlage: Jumpstyle-Karten	• Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit • Präsentation einer Minichoreographie Fachbegriffe • Partner-/Gruppenarbeit • Bewegungsverständnis • Gestaltungskriterien • ...	Gegenstände: • Paar- und Gruppenformationen präsentieren Fachbegriffe • S.O.	unterrichtsbegleitend: • Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft • Partner-/ Gruppendynamik Beobachtungskriterien: • Bewegungsqualität bei der Ausführung • aktive Mitarbeit punktuell: Partner- bzw. Gruppenpräsentation Beobachtungskriterium: • technisch richtige Ausführung • Rhythmusicherheit • Anpassung an den Partner

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 7.3
Thema des UV: Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken: kurzer Rückhand-Aufschlag		
BF/SB: Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfeld(er): a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Struktur und Funktion von Bewegungen [a3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1] • in dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2] • Koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen. [SK d3] MK • Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1] • Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a1] • Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Festigung des Regelwerks • Festigung des Aufschlags hohen und kurzen Aufschlags (Vorhand) • Erlernen des kurzen Rückhandaufschlags • Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears • Grundlegende taktische Fähigkeiten Fachbegriffe - Schwungschleife - Spielformen (1:1) - Kurzer + hoher Aufschlag - Clear	- Partner- und Kleingruppenarbeit - Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken - z.B. - Vh-Ük-Clear nach Aufschlag - Vh-Ük-Clear nonstop Fachbegriffe: - Spielfeld, Federball, Schläger - Grundstellung - Trefferbereiche - Grafik	Reflektierte Praxis: - Grundschnitte (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear) - Spielsystem 1:1 sowie 2:2 Fachbegriffe - s.o.	unterrichtsbegleitend: - kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: Beobachtungskriterium: - Spielbeobachtung - Präsentation und Ausführung der Grundtechniken

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV](#) - Badminton

Jahrgangsstufe: 7		Dauer des UVs: 6 DS	Nummer des UVs im BF/SB: 7.4
Thema des UV: <i>Gemeinsam vielfältige Möglichkeiten des Tchoukballspiels erarbeiten und reflektieren</i>			
BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele		Inhaltsfeld(er): e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): weitere Sportspiele und Sportspielvarianten		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Gestalten von Spiel- und Sportgelegenheiten [e1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - sportartspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 1) - eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korbball, Tchoukball, Baseball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen (BWK 4)		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. (SK 2) MK - Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. (MK 1) UK - 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)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

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

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 7		Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 9.3
Thema des UV: Ringen und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Fallschule und Fußwürfe			
BF/SB: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport		Inhaltsfeld(er): c – Wagnis und Verantwortung	
Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen im Stand anwenden [BWK 1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [SK c2] • Die Herausforderung in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern. [SK c3] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1] UK • Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • 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) Variante: beide stehen innerhalb und versuchen sich herauszuschieben • Fallschule rückwärts und seitwärts • Fußwürfe • Partnerkämpfe im Stand	• Regeln und Rituale einhalten • Tori sichert Uke beim Fallen (Handkontakt (kann als „Lebensversicherung“ bezeichnet werden, bleibt dauerhaft bestehen) • Griffvarianten erproben • Kriterien für richtiges Werfen und Fallen gemeinsam erarbeiten und einhalten • Fallen als grundlegende Voraussetzung für das Werfen • Fallhöhe allmählich steigern • ganzheitliche Vermittlung der Wurftechniken (anfangs: Tori begleitet Uke beim Wurf bis zum Boden) • Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner	Gegenstände • Fallschule • Fußwürfe • Griffvarianten • Partnerkämpfe Fachbegriffe • Tori und Uke • Bezeichnungen der Würfe im Judo, z. B.: ○ Fußfeger (De-ashi-barai) ○ „Beinchen stellen“ (O-soto-othoshi)	unterrichtsbegleitend: Beobachtungskriterien: • grundlegende Fertigkeiten • Anwenden erlernter Techniken • Einsatz taktischer Verhaltensweisen ○ Erkennen und Ausnutzen von Situationen ○ flexibles Reagieren in Situationen • Regelkenntnis • Sicherheitsverhalten • soziale Kompetenzen: ○ Hilfsbereitschaft ○ Rücksichtnahme ○ Kooperationsbereitschaft/Fairness ○ Regeleinhaltung ○ Verantwortung und Kontrolle des Werfenden punktuell: Beobachtungskriterien: • Einsatz taktischer Verhaltensweisen • Anwenden erlernter Fähigkeiten • Regelkenntnis • Sicherheitsverhalten

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>„Hiiilfe!“ – 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
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>			
BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen		Inhaltsfeld(er): Leistung [d] Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [2] • aerobe Ausdauerfähigkeit [3]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1] • Trainingsplanung und Organisation [d.3] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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] • <i>Alternative: (ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [BWK 1.2])</i>		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [SK d.1] • ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern. [SK d.2.] • Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [SK f.1] MK • Einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [MK d.1] • sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [MK d.2] UK • die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte – Fitnesstest Ausdauer: 6-min-Lauf – Pulsmessung: Der Erholungspuls als Kriterium der Ausdauerleistungsfähigkeit – Intervallmethode – Dauermethode – Orientierungslauf	– Rundenlaufen im Stadion oder Burgpark zur Durchführung der Trainingsmethoden – Intervallläufe – Dauerläufe – Hinweis auf Einzelarbeit, Reflexion in PA oder der Kleingruppe Alternative: Wir schärfen unsere Sinne – Entwicklung und Erprobung eines Koordinationsparcours durch die Auseinandersetzung mit ausgewählten koordinativen Fähigkeiten zur Verbesserung der individuellen Wahrnehmungsfähigkeit	Reflektierte Praxis – Grundprinzipien des Trainings zur Ausdauerfähigkeit im Sinne gesundheitlicher Orientierung und Vorsorge kennen und anwenden Fachbegriffe – Ausdauerleistungsfähigkeit – Entspannungsmethoden (Ballmassage, Tennisball oder Gymnastikball)	unterrichtsbegleitend: – Bereitschaft der SuS längere Läufe durchzuführen und ggfls. auch zu gehen – Reflexion der Körperwahrnehmungen punktuell: – Längere Strecken durchgehend laufen/gehen

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

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 3	Nummer des UVs im BF/SB: 2.4
Thema des UV: „Spielend lernen“ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln			
BF/SB: 2 - Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen		Inhaltsfeld(er): Leistung [d]	
Inhaltliche(r) Kern(e): Kleine Spiele und Pausenspiele		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10SK d3] UK - den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [10UK d2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

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

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 3.4
Thema des UV: „Wie stoße ich eine Kugel wirklich weit?“ – Eine individuell optimale Kugelstoßtechnik entwickeln		
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik	Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b - Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche Kerne: Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) [2]	Inhaltliche Schwerpunkte: - Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10BWK 3.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10SK a1] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK - analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10MK a2] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
Erlernen der Standstoßtechnik des Kugelstoßens	- Training hauptsächlich beanspruchter Muskelgruppen in Form von Wurf- und Stoßübungen - Arbeit in Kleingruppen an Stationen - Explorative Durchdringung verschiedener Einflussgrößen des Kugelstoßens (Winkel, Beinbewegung, Oberkörperrotation) - Einsatz von Beobachtungsbögen (Partnerkorrektur)	Reflektierte Praxis: - Reflexion der wesentlichen Bewegungsbestandteile für eine größtmögliche Stoßweite und Vergleich der individuellen Unterschiede - Sicherheitserziehung Fachbegriffe: - Stoßauslage	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation, Einhalten der Sicherheitsvorkehrungen - Beteiligung an Reflexionsphasen - kriteriengeleitetes und konstruktives Feedback an Mitschüler - evtl. Lerntagebuch zur Selbstreflexion des eigenen Bewegungslernens punktuell: - Techniküberprüfung

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
Thema des UV: „Schwimmen wie ein Weltmeister“ - Wassersicherheit verbessern durch Erlernen und Üben einer Gleichzugtechnik		
BF/SB: 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen	Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen <u>Ergänzend:</u> d Leistung	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Schwimmmarten einschließlich Start und Wende [4.2]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Struktur und Funktion von Bewegungen (a3) • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit (d1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [BWK 4.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben (a1) • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern (a2) • koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen (d3) MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2) • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3) UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen (a1)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Erlernen und Üben des Brust-Beinschlags und –Armzugs • Erlernen und Üben der Koordination beider Bewegungen mit Gleitphase • Erlernen und Üben der Atemtechnik • Erlernen des Starts (Sprung oder aus dem Wasser) • Erlernen der Brustwende	• Exploratives Lernen des Armzugs und Beinschlags (z.B. durch Kontrastübungen) • Teillernmethode • Üben unter erleichterten Bedingungen und Einsatz von Hilfsmitteln (z.B. Schwimmbrett, Pull-Buoy) • Partnerbeobachtung und -korrektur/ Kann-Blätter • Einsatz von Visualisierungen • Staffelspiele (z.B. Pendelstaffel)	Reflektierte Praxis: • Bewegungsbeschreibung der Teiltechniken des Brustschwimmens • Bewertung einer Technik nach Effektivität (Vortrieb) • Kopfsteuerung • Reflexion anhand von Beobachtungsbögen • Fehlerbilder (z.B. „Bein-Schere“) Fachbegriffe: • Beinschlag, Armzug • Gleiten • Schwunggrätsche • Gleichzugtechnik • Wasserlage Vortrieb	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen • Partnerarbeit • Progression in Technikausführung punktuell: Demonstration der Brusttechnik <u>Beobachtungskriterien:</u> • effektiver Armzug • effektiver Beinschlag • gute Koordination der Bewegung • kurze Gleitphase • regelmäßige Atmung • gute Wasserlage und Vortrieb • Durchhalten der Brusttechnik über eine angemessene Strecke

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 3	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6
Thema des UV: „Hiiilfe!“ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten		
BF/SB: 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen	Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> c Wagnis und Verantwortung <u>Ergänzend:</u> f Gesundheit	
Inhaltliche(r) Kern(e): Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen [4.1]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Handlungssteuerung (c1) - Unfall- und Verletzungsprophylaxe (f1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10SK c3] MK - die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10MK f1] UK - komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10UK c1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Erlernen und Üben von Transporttechniken: Ziehen und Schieben • Erlernen und üben von Schlepptechniken im Kopfschleppgriff, Achselschleppgriff und/oder Fesselschleppgriff • (Erlernen von Befreiungsstrategien)	• Lernen anhand von Bildkarten • Partnerarbeit • Teillernmethode • Üben unter erleichterten Bedingungen (Stehtiefe) • Partnerbeobachtung und -korrektur • Einsatz von Visualisierungen	Reflektierte Praxis: • Gefahren am und im Wasser beurteilen • Bewegungsmerkmale der Transport- und Schlepptechniken nennen • Bewertung und Reflexion der Wirksamkeit von Techniken z. B. anhand von Beobachtungsbögen und Fehlerbildern • Einschätzung des Bewusstseins und Entscheidung für Technik Fachbegriffe: • Achselschleppgriff, Kopfschleppgriff, Fesselschleppgriff • Schwunggrätsche • Bewusstlosigkeit • Fremdrettung • Selbstrettung bei Erschöpfung • „Tote-Mann“-Körperhaltung • (Befreiungsstrategien bei Umklammerungen) • Sicherung einer geretteten Person	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen • Partnerarbeit • Progression in Technikausführung punktuell: Demonstration der der Transport- und Schlepptechniken (Demonstration von Befreiungstechniken) schriftliche Übung ggfs. Abnahme des DLRG „Junior-Retter“-Abzeichens <u>Beobachtungskriterien:</u> • Wirksamkeit • Bewegungsausführung

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

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 3	Nummer des UVs im BF/SB: 4.7
Thema des UV: „Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser		
BF/SB: 4 Bewegen im Wasser - Schwimmen	Inhaltsfeld(er): <u>Leitend:</u> b Bewegungsgestaltung	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser [4.3]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Variation von Bewegung (b1) • Präsentation von Bewegungsgestaltungen (b2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1] MK • unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1] • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Erlernen, Üben und Gestalten verschiedener Figuren im Schwebzustand an der Wasseroberfläche sowie unter Wasser - Fußwärts - Kopfwärts - seitwärts - einzeln - mit Partner(hilfe) • Erlernen, Üben und Gestalten von Rotationen unter (und über) Wasser um die verschiedenen Körperachsen • Erlernen und Üben von Sprüngen aus dem Wasser vom Grund oder mit Antrieb aus dem Wasser	• Partnerarbeit- oder Gruppenarbeit • Nachahmung vorgegebener Bewegungen • Gestaltung eigener Bewegungen • Üben unter erleichterten Bedingungen (Stehtiefe) • Partnerbeobachtung und -korrektur • Einsatz von Visualisierungen	Reflektierte Praxis: • Bewertung der Ausführungs- und Bewegungsqualität anhand von Gestaltungskriterien • Beurteilung der Schwierigkeit einzelner Bewegungen Fachbegriffe: • Synchronität • Figuren • Rotationen • Wassertreten • Sprünge • Körperspannung • Schweben • Sinken • Tauchen	unterrichtsbegleitend: sonstige Mitarbeit <u>Beobachtungskriterien:</u> • Anstrengungs- und Überwindungsbereitschaft • Mitarbeit in Gesprächsphasen • Partnerarbeit • Progression in Bewegungsausführung punktuell: Präsentation der Wasser-Show <u>Beobachtungskriterien:</u> • Ausführungsqualität • Synchronität • Schwierigkeitsgrad • Passung zur Musik

Weitere Materialien/Tipps:

Jahrgangsstufe: 8	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 5.4
Thema des UV: <i>Felgbewegungen – an Reck oder Barren sachgerecht und situationsbezogen mit Sicherheits- und Hilfestellung turnen</i>		
BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] • Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5.2]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2] • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a4] • gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau an unterschiedlichen Geräten (z.B. Reck oder Barren) demonstrieren [BWK 5.1] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlichen Bewegungen anwenden [a.1] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen Geländehilfen usw.) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [a.3] UK • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen Geländehilfen usw.) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [a.3]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Aufschwung • Umschwung • Unterschwung Fachbegriffe • Felgabzug • Felgaufschwung vorlings rw. • Umschwung vl. rw. • Unterschwung	• vom Leichten zum Schweren • Überdrehen rw gehockt als Lernvoraussetzung • Aufschwünge mit Geräthilfe • Organisationsformen: Hilfe- und Sicherheitsstellung werden durchgewechselt • Eigenverantwortliches Üben an den selbstgewählten turnerischen Elementen Fachbegriffe • sich fachsprachlich verständigen können	Gegenstände: • Reck • Barren/ Stufenbarren Fachbegriffe • Sicherheit • Hilfestellung/ Schubhilfe • Stellung zum Gerät z.B. vorlings, rücklings Begriffe der Gegenstände • Ristgriff • Kammgriff	unterrichtsbegleitend: • Beobachtung des Lernfortschritts • Engagement • Beteiligung am Unterrichtsgespräch Beobachtungskriterien: • Kontinuierliches Üben • Zunehmende Schwierigkeit • Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit • Beachtung der Sicherheit/ Korrekte Hilfestellung punktuell: Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbinding Beobachtungskriterium: • Körperspannung • Bewegungsqualität

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 6.4
Thema des UV: <i>Jumpstyle – Fortsetzung und Vertiefung einer Gruppengestaltung, s. Anlage</i>			
BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfeld(er): • Bewegungsgestaltung [b] • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung [6]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2] • Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2] • Gestaltungskriterien [b.4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK • gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [b.2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • neue Schritte erlernen • kurze Bewegungsfolge gestalten • Erarbeitung einer Gruppenchoreographie Fachbegriffe • K-Jump • Einhaken Kombi • 180° Spin (fast) • 180° Spin (slow) • Stamp Kombi • Spezial Kombi • ... Anlage: <u>Jumpstyle-Karten</u>	• Erproben und Festigen in Kleingruppenarbeit • Präsentation einer Gruppenchoreographie Fachbegriffe • Partner-/Gruppenarbeit • Bewegungsverständnis • Gestaltungskriterien • ...	Gegenstände: • Paar- und Gruppenformationen präsentieren Fachbegriffe • s.O.	unterrichtsbegleitend: • Anstrengungs- und Motivationsbereitschaft • Partner-/ Gruppendynamik • Beobachtung des Lernfortschritts Beobachtungskriterien: • Bewegungsqualität bei der Ausführung • aktive Mitarbeit punktuell: Partner- bzw. Gruppenpräsentation Beobachtungskriterium: • technisch richtige Ausführung • Rhythmusicherheit

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
Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Smash		
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]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1] • In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2] MK • Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1] • Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a1] • Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3] • Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Festigung des Regelwerks • Festigung des Aufschlags (Vorhand und Rückhand) • Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears • Erlernen einer Angriffstechnik (z.B. Überkopf-Smash) als Variante zur Verteidigungstechnik (Clear) Fachbegriffe - Schwungschleife - Spielformen (1:1) - Kurzer + hoher Aufschlag - Clear - Smash - Trefferbereiche (z.B. Überkopf, Seithand etc.)	- Partner- und Kleingruppenarbeit - Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken - z.B. - Smash in den Winkel (zwischen Boden und Wand) nach Zuwurf - Zeitungen durchschlagen - Smash nach Zuspiel Fachbegriffe: - Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger - Grundstellung - Trefferbereiche	Reflektierte Praxis: - Grundsätze (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear) - Spielsystem 1:1 sowie 2:2	unterrichtsbegleitend: - kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: Beobachtungskriterium: - Spielbeobachtung - Präsentation und Ausführung der Grundtechniken z.B. Smash

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV](#) - Badminton

Jahrgangsstufe 8:	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 7.6
Thema des UV: „Volley“ spielen – Anbahnung einer volleyballspezifischen Spielfähigkeit im Kleinfeld		
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfeld(er): • Kooperation und Konkurrenz [e] • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]	
Inhaltlicher Kern: • Mannschaftsspiele/ Volleyball [7.1]	Inhaltlicher Schwerpunkt: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e.1] • Interaktion im Sport [e.2] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren, fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK 7.1]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [e.1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [a.2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [e.1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [e.2] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [e.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Akzentlegung auf das Spiel miteinander und das Hochhalten des Balles durch „Volley“ • Grobform des oberen und unteren Zuspiels in kleinen Gruppen oder in Partnerarbeit beherrschen Fachbegriffe • Pritschen • Baggern • Spielformen • Zahlensystem • Aufschlag von unten	• Organisationsformen: Stationenbetrieb, Partner- und Kleingruppenarbeit • Nutzen von Bällen mit unterschiedlichen Flugeigenschaften (Schaumstoffbälle, leichte Volleybälle, „normale“ Volleybälle) nach eigener Entscheidung • Spielzüge im Kleinfeld mit Hilfe der grafischen Darstellungen verstehen und im Spiel anwenden Fachbegriffe • Stationenarbeit • Gruppenarbeit • Kleinfeld • Grafik	Gegenstände: • Spielsystem 3:3 • Bewegungsmerkmale des Pritschens und Baggerns • Bewegungsmerkmale des Aufschlages von unten Fachbegriffe • s.o.	unterrichtsbegleitend: • Fair-Play Gedanke • regelgerechtes Handeln • Beteiligung am Unterrichtsgespräch • Einsatzbereitschaft Beobachtungskriterien: • kontinuierliches Üben • Ausführungsqualität punktuell: • Spiel 3:3 miteinander mit dem Ziel, den Ball möglichst lange im Spiel zu halten • Präsentation der Grundtechniken

Weitere Materialien/ Tipps:

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

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 8.3
Thema des UV: Sicher mit Inline-Skates das Fahren und Rollen erleben			
BF/SB: 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootssport/Wintersport		Inhaltsfeld(er): a Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (leitend) c Wagnis und Verantwortung (ergänzend)	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Rollen und Fahren auf Rollgeräten		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Struktur und Funktion von Bewegungen (a3) • Handlungssteuerung (c1)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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) • gerätspezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren (BWK 8.2)		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. (a2) • die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern (c3) MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen (a2) • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden (a3) UK • komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden (c1)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Materialkunde • Skate-Roll-Gewöhnung inkl. Sturzverhalten • Erlernen Bremstechniken und Beschleunigung • Erlernen Drehung und Rückwärtsfahren • Festigung sicheres Fahrverhalten • Reflexion über Sicherheitsaspekte und eigene Leistungsfähigkeit • Erstellung eines Skate-Parcours • Individuelle Parcours-Bewältigung Je nach Leistungsstand der Klasse: Einführung in das Inline-Hockeyspiel Fachbegriffe • Bewegungsmerkmale • Sicherheitskriterien	• Vertrauensbildende Übungen zum Aufbau einer sicherheitsbewussten Unterrichtsatmosphäre • Fortgeschrittene als ‚Experten‘ • Differenzierte, stationsgebundene Bewegungsaufgaben • Erstellung einer Übersicht: Auswahl und Kombinationskriterien für eine sicherheitsbewusste Parcourserstellung • Individualisierung: Passgenaue Einordnung in die entsprechende Leistungsgruppe • Kooperative Parcourserstellung in GA (ca. 3 Gruppen à 8 -10 Schüler) • Fachbegriffe • Erproben und Experimentieren • Partnerkontrolle	Reflektierte Praxis • Inline-Skaten nach individuellen und gemeinschaftlichen Kriterien • verschiedene Bremstechniken • anforderungsdifferenzierter Skate-Parcours • sicherheitsbezogene Selbsteinschätzung des Fahrverhaltens Fachbegriffe T-Stop, Heel-Stop, Kurven-Stop Drehung durch “Mond” oder 180°-Sprung Rückwärtsfahren Kurvenfahren (mit Übersetzen)	unterrichtsbegleitend • sich individuell motorisch verbessern (BWK) • sicheres und rücksichtsvolles Fahrverhalten (MK und BWK) punktuell Demonstration von: • zügig beschleunigen • sicher bremsen • kontrolliert Kurven fahren • geschickt Hindernisse umfahren und die Körperbalance wahren • Drehen • Rückwärtsfahren • verschiedene Anforderungen (z. B. Transport von Bällen) koordinieren

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
Thema des UV: Ringen und Kämpfen – Würfe wagen und verantworten: Hüftwürfe		
BF/SB: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfeld(er): c – Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen im Stand anwenden [BWK 9.1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [SK c1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [SK a2] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1] UK • Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1] • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Fallschule - Hüftwürfe - Partnerkämpfe	- Regeln und Rituale einhalten - Griffvarianten vertiefen - Tori sichert Uke beim Fallen (Handkontakt (kann als „Lebensversicherung“ bezeichnet werden, bleibt dauerhaft bestehen) - Kriterien für richtiges Werfen und Fallen einhalten - Falltechniken erarbeiten und automatisieren - Fallhöhe allmählich steigern - ganzheitliche Vermittlung der Wurftechniken - Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner	Gegenstände - Falltechniken - Hüftwürfe - Griffvarianten - Partnerkämpfe Fachbegriffe Bezeichnungen der Würfe im Judo, z. B.: - Hüftschleuder (Uki-goshi) - große Hüftschleuder (O-goshi)	unterrichtsbegleitend: Beobachtungskriterien: - grundlegende Fertigkeiten - Anwenden erlernter Techniken - Erkennen und Ausnutzen von Situationen - flexibles Reagieren in Situationen - Regelkenntnis - Sicherheitsverhalten soziale Kompetenzen: - Hilfsbereitschaft - Rücksichtnahme - Kooperationsbereitschaft/Fairness - Regel Einhaltung - Verantwortung und Kontrolle des Werfenden punktuell: Beobachtungskriterien: - Anwenden erlernter Fähigkeiten - Regelkenntnis - Sicherheitsverhalten

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>

Jahrgangsstufe: 9		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 1.5
Thema des UV: <i>Wie fit bin ich? – Wie werde ich besser? Die eigene Fitness testen und Grundprinzipien des Krafttrainings kennen und anwenden</i>			
BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen		Inhaltsfeld(er): Leistung [d] Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [1.2]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1] - Trainingsplanung und Organisation [d.3] - gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f.2] - Gesundheitsverständnis und Körperbilde [f.3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [BWK 1.3]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [SK d.1] - Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [SK f.1] MK - sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [MK d.2] - 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] UK - gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [UK f.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte – Einen Fitnesstest mit dem Schwerpunkt Kraft durchführen und auswerten – unterschiedliche Fitnessstationen (mit dem eigenen Körpergewicht und mit Hilfsmitteln z. B. Geräten und Partner) kennenlernen – Planungskomponenten wie Widerstand, Wiederholungszahl, Sätze und Pause verstehen – eigenes Krafttraining entwickeln (entweder für den ganzen Körper oder einen Bereich (Rumpf, Schulter/Arme/Beine) beschränkt)	– selbständiges Arbeiten mithilfe von Stationskarten – Erarbeitung des Krafttrainings in Partner- oder Kleingruppen – Präsentation der entwickelten Krafttrainings	Reflektierte Praxis – Einflussfaktoren des Krafttrainings wie Widerstand, Wiederholungszahl, Sätze und Pausen beurteilen können – Prinzip der lohnenden Pause (Regeneration) erklären Fachbegriffe – Krafttraining – Muskeln	unterrichtsbegleitend: – Anstrengungsbereitschaft – Mithilfe bei Stationsauf- und Abbau – Reflexion der Körperwahrnehmung punktuell: – Fitnesstest zu Beginn und am Ende des UVs <u>Kriterien für erarbeitetes Krafttraining:</u> – Auswahl der Übungen – Ausführung der Übungen bei der Präsentation

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

Jahrgangsstufe: 9		Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 3.5
Thema des UV: Wir wollen hoch hinaus – Von ersten Sprungerfahrungen zum Schersprung			
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a-Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß) • Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe		Inhaltliche Schwerpunkte: • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a] • Leistungsverständnis im Sport [d]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2] • alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2] • den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
Von ersten Sprungspielen und Sprungerfahrungen zum Erlernen des Schersprungs: - Ideen für alternative Wettbewerbe im Bereich Hochsprung sammeln auch unter der Perspektive eines differenzierten Leistungsbegriffs - Sprungspiele zum spielerischen Erfahrungssammeln - Sammeln verschiedene Sprungerfahrungen über die Zacharias Hochsprunglatte (Variation des Anlaufs und der Ausrichtung zur Latte, beidbeiniger und einbeiniger Absprung, Wechsel des Absprungbeins) - Erlernen des Schersprungs	- Erste Sprungerfahrungen können selbstständig mit Hilfe von Stationskarten gesammelt werden - Zeigen eines Schersprungs auf dem Laptop oder Beamer möglich mit z.B. geteilter Aufmerksamkeitslenkung auf Anlauf, Armbewegung beim Absprung und Körperhaltung bei der Lattenüberquerung - selbstständiges Üben mit Partnerhilfe und Beobachtungsbogen, Bewegungskorrektur Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe: - Beidbeiniger Absprung rücklings aus dem Stand (vom Kasten) - Beidbeiniger Absprung seitwärts mit 1/4-Drehung (vom Kasten) - Einbeiniger Absprung mit 1/4-Drehung aus 3-schrittigem Anlauf (mit Stufenaufbau möglich) - Schersprung aus 5-schrittigem Anlauf - Schersprung mit individueller Anlaufgestaltung	Reflektierte Praxis: - Thematisierung der verschiedenen Sprungerfahrungen zu Beginn des UVs - Sprungtechnikreflektion nach Anschauen des Videos (kurviger Anlauf, Absprung mit dem lattenfernen Bein, Scherbewegung) - Kriteriengeleitetes Feedback geben Fachbegriffe: - Kurviger Anlauf - Absprungbein - lattenfernes und lattennahes Bein - Scherbewegung	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation - Übungs- und Trainingsverhalten - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Beteiligung an Reflexionsphasen - Kriteriengeleitetes Partnerfeedback zur Bewegungskorrektur punktuell: - Techniküberprüfung - Bewerten von individuellen Leistungen in Relation zur individuellen Voraussetzung (bspw. Größe, Geschlecht,...)

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 5.5
Thema des UV: <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>		
BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] • Bewegungsgestaltung [b] • Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen [5]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3] • Variation von Bewegung (individuell und gruppenspezifisch) [b.1] • Ausgangspunkte von Gestaltungen [b.3] • Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f.3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau an unterschiedlichen Geräten (z.B. Reck oder Barren) demonstrieren [BWK 5.1] • grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1] • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Rollbewegungen • Drehungen um die Längsachse • Auf- und Umschwung • Unterschwingung • Felgbewegung • Überschlagbewegungen (Rad/Radwende) • Beinschwungbewegungen am Reck und Ringen • Sprungbewegung • Kippbewegung Fachbegriffe • Felgaufschwung • Umschwung vl. rw • Unterschwingung • Radschlag/ Radwende • Drehungen ½ oder ganze Drehung um die Längsachse • Standwaage	• Einzel- und Gruppenarbeit • eigenverantwortliches Üben an den selbstgewählten turnerischen Elementen • vom Leichten zum Schweren • Aufschwünge mit Geräthilfe • leistungsstärkere Schüler demonstrieren und helfen im Übungsprozess Fachbegriffe • sich fachsprachlich verständigen können	Gegenstände: • Sprungkasten • Boden • Reck • Barren/Stufenbarren • Ringe • Schwebebalken • Aufgang nach Wahl • Abgang nach Wahl • Drehungen ½ oder ganze Drehung um die Längsachse Fachbegriffe • Schubhilfe • allg. Hilfestellung • Kraft und Koordination als motorische Grundeigenschaften beim Turne	unterrichtsbegleitend: • Beobachtung des Lernfortschritts • Engagement Beobachtungskriterien: • Kontinuierliches Üben • Zunehmende Schwierigkeit • Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit • Beachtung der Sicherheit/ Korrekte Hilfestellung punktuell: Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbinding Beobachtungskriterium: • Körperspannung • Bewegungsqualität

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 9		Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 6.5
Thema des UV: <i>Wir inszenieren Geschlechterklischees</i>			
BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfeld(er): Bewegungsgestaltung [b]	
Inhaltliche(r) Kern(e): darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) [6]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Variation von Bewegung [b.1] - Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2] - Ausgangspunkte von Gestaltungen [b.3]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren [BWK 6.3]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] - das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2] MK - unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe - nutzen [b.1] - Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [b.2] - kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK - die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1] - gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [b.2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Vorstellungen von geschlechtstypischen Gesten entwickeln und in Bewegung umsetzen • Stereotype Bewegungsmuster, Bewegungsmotive, Bewegungssequenzen passend zur Spielidee (Geschlechterklischees) entwickeln • Gestaltungskriterien und Organisationsformen anwenden • Alltagsgegenstände als Ausgangspunkt einer Bewegungsgestaltung einsetzen Fachbegriffe • Geschlechterklischee • Stereotype Bewegungsmuster • Geste/ Bewegungsmotiv/ Bewegungssequenz	• Erproben und Experimentieren von verschiedenen Bewegungsmuster • Gestaltungs- und Kompositionsaufgaben • Einzel- und Gruppenarbeit • gegenseitige Präsentation mit Beobachtungsaufgaben Fachbegriffe • Improvisation • Bewegungsgestaltung/ Komposition	Gegenstände: • Alltagsgegenstände, hier z.B. Stühle, Hüte/ Kappen, Handtaschen • Partner- oder Gruppenmuster Fachbegriffe	unterrichtsbegleitend: • Engagement Beobachtungskriterien: • formaler Aufbau • Organisationsformen • verschiedene Raumebenen und -dimensionen • Dynamik punktuell: • Partner- bzw. Gruppenpräsentation Beobachtungskriterium: • Umsetzung der Spielidee • Einbeziehung der Objekte • Präsentation typisch männlicher und weiblicher Geste und Bewegungsmotive

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahrgangsstufe: 9		Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 7.7
Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Festigen und Erlernen der Grundtechniken - Drop			
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1] - In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a2] MK - Grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden. [MK a1] - Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a1] - Den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten. [UK a3] - Die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [UK d1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte • Festigung des Regelwerks • Festigung des Aufschlags (Vorhand und Rückhand) • Festigen des Vorhand-Überkopf-Clears • Festigen des Überkopf-Smashes • Erlernen des Überkopf-Drops • Erlernen des Stechens Fachbegriffe - Schwungschleife - Spielformen (1:1) - Kurzer+ hoher Aufschlag - Clear - Smash - Drop - Treffbereiche (z.B. Überkopf, Seithand etc.)	- Partner- und Kleingruppenarbeit - Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Badminton-Techniken - Spielen fester Technikreihenfolgen z.B. lang– lang–kurz (hoher Aufschlag/Unterhand-Clear– Überkopf-Clear – Drop) - Alternativ: kurz – kurz – lang (Kurzer Aufschlag/Drop – Stechen – Unterhand-Clear) Fachbegriffe: - Partnerarbeit - Gruppenarbeit - Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger - Grundstellung - Treffbereiche	Reflektierte Praxis: - Grundsätze (Spielformen zum Erlernen und Festigen einzelner Grundtechniken, z.B. Aufschläge, Clear) - Spielsystem 1:1 sowie 2:2	unterrichtsbegleitend: - kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: Beobachtungskriterium: - Spielbeobachtung - Präsentation und Ausführung der Grundtechniken z.B. Überkopf-Drop

Weitere Materialien/Tipps:

SPORTIV- Badminton

Jahrgangsstufe 9:	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 7.8
Thema des UV: <i>Volleyball als Mannschaftsspiel - „Grundlegende Möglichkeiten der Spielorganisation im Spiel 4:4“ kennenlernen und anwenden</i>		
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele	Inhaltsfeld(er): • Kooperation und Konkurrenz [e] • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]	
Inhaltlicher Kern: • Mannschaftsspiele/ Volleyball [7.1]	Inhaltlicher Schwerpunkt: • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e.1] • Interaktion im Sport [e.2] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren, fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK 7.1] • 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]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [e.1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [a.2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [e.1] • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [e.2] UK • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [e.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Verbesserung und Festigung des oberen und unteren Zuspiels durch Spiele in Kleingruppen • 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] • Interaktion und Kommunikation mit dem Mitspieler, wer nimmt den Ball an Fachbegriffe • Pritschen • Baggern • Aufschlag von unten • Spielformen • Zahlensystem	• Organisationsformen: Stationenbetrieb, Partner- und Kleingruppenarbeit • Spielzüge im Kleinfeld mit Hilfe der grafischen Darstellungen verstehen und im Spiel anwenden • Kommunikation: sich mit dem Partner verständigen Fachbegriffe • Gruppenarbeit • Kleinfeld • Stationenbetrieb • Grafik	Gegenstände: • Spielsysteme 3:3 und 4:4 • Bewegungsmerkmale des Pritschens und Baggerns • Bewegungsmerkmale des Aufschlages von unten • Taktik (Lauf- und Passwege) Fachbegriffe • S.O.	unterrichtsbegleitend: • kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Reaktionsfähigkeit, Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit und Schnelligkeit • regelgerechtes Handeln • Beteiligung am Unterrichtsgespräch • Einsatzbereitschaft • Schiedsrichtertätigkeit Beobachtungskriterien: • Situative Anwendung • Ausführungsqualität punktuell: • Spielbeobachtung

Weitere Materialien/Tipps:

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

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des UVs: 5	Nummer des UVs im BF/SB: 9.5
Thema des UV: Ringen und Kämpfen - Erweiterung von Bewegungserfahrungen in der Zweikampfsportart Judo durch Haltegriffe am Boden		
BF/SB: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport	Inhaltsfeld(er): c – Wagnis und Verantwortung a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen	
Inhaltliche(r) Kern(e): Kämpfen mit und gegeneinander	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): Handlungssteuerung [c1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Falltechniken und kontrolliertes Werfen) beim Ringen und Kämpfen am Boden anwenden [BWK 9.1] • in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen. [BWK 9.2]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [SK c1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern. [SK a2] MK • Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden. [MK c1] • Analoge Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [MK a2] UK • Komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden. [UK c1] • Den Nutzen analoger Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [UK a2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Halten und Befreien • Partnerkämpfe	• Regeln und Rituale einhalten • Techniken vertiefen • Kriterien für Tori, um Uke in Rückenlage zu fixieren, wie z.B. 1. 90°-Winkel von Tori/Uke 2. mind. 3 Stützpunkte von Tori 3. Beine öffnen, um Körperfläche zu vergrößern • Kriterien für Uke um sich zu befreien • Kämpfe mit einem festen und/oder mit fortlaufend wechselndem Partner • Kampfturniere selbstständig organisieren und durchführen • Erarbeitung der Haltegriffe in Form eines Gruppenpuzzles möglich	Gegenstände • Halten und Befreien • Partnerkämpfe • Kampfturniere Fachbegriffe • Kommandos: Mokuso, Rei • Randori (Übungskampf, um Techniken anzuwenden) • Kuzure-kesa-gatame und Mune-gatame Wertungen: • Yuko (kleinste Wertung) erhält man, wenn man Uke 15 bis 19s in einem Haltegriff hält • Waza-Ari (mittlere Wertung) erhält man, wenn man Uke 20 bis 24s in einem Haltegriff hält • Ippon (höchste Wertung) erhält man, wenn man Uke 25s in einem Haltegriff hält	unterrichtsbegleitend Beobachtungskriterien: • grundlegende Fertigkeiten • Anwenden erlernter Techniken • Erkennen und Ausnutzen von Situationen • flexibles Reagieren in Situationen • Regelkenntnis • Sicherheitsverhalten soziale Kompetenzen: • Hilfsbereitschaft • Rücksichtnahme • Kooperationsbereitschaft/Fairness • Regeleinhaltung • Verantwortung und Kontrolle des Werfenden punktuell • Anwenden erlernter Fähigkeiten • Regelkenntnis • Sicherheitsverhalten

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
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>			
BF/SB: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen		Inhaltsfeld(er): Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness [1.2]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): - Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2] - Struktur und Funktion von Bewegungen [a.3] - grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4] - Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d.1] - Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - Ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [BWK 1.2] - ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [BWK 1.3]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [SK d.3] - für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache Grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [SK a.2] MK - Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [MK f.2] UK - Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [UK a.1] - Den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [UK a.2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte – Allgemeines Koordinationstraining durch: • Jonglieren, Artistik • Lauschule, Ballschule • Koordinationsleiter – Variables Üben bekannter motorischer Bewegungen (z.B. in Koordinationszirkeln) durch: • Kontralaterales Training • Differenzielles Training • Ändern der äußeren Gegebenheiten • Gegenseitiges Stellen von Bewegungsaufgaben (Challenges)	– Gruppen- und Partnerfeedback zu kinästhetischen Schwierigkeiten – Kriteriengeleitete Abgabe der Erstellung von Bewegungsaufgaben in die Hand der SuS	Reflektierte Praxis – Einflussfaktoren der koordinativen Fähigkeiten auf motorische Bewegungen beurteilen können – Unterschied allgemeine und spezielle Koordination (→ Technik) Fachbegriffe – Koordinative Fähigkeiten	unterrichtsbegleitend: – Anstrengungsbereitschaft – Mithilfe bei Stationsauf- und Abbau – Reflexion der Körperwahrnehmung punktuell: – Übungen aus Koordinationstest wie dem Münchner Fitnesstests oder dem Schweizerkreuz-Plus <u>Kriterien für Durchführung:</u> – Wertetabellen (z.B. bei MFT) – Sauberkeit – Geschwindigkeit

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

Münchner Fitnestest: <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

Jahrgangsstufe: 10		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 3.6
Thema des UV: Wir wollen hoch hinaus – Vom Schersprung zum Fosbury-Flop			
BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik		Inhaltsfelder: a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen d - Leistung	
Inhaltliche Kerne: • Grundlegendes leichtathletisches Bewegen • Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)		Inhaltliche Schwerpunkte: • Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] • Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a] • Struktur und Funktion von Bewegungen [a]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1] • für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2] MK • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1] • den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:	Leistungsbewertung:
Von ersten Sprungspielen und Sprungerfahrungen zum Erlernen der Technik des Fosbury-Flops: - Wiederholung des Schersprungs als Grundlage für das Erlernen des Fosbury-Flops - Erlernen der Technik des Fosbury-Flops	- Erarbeitung des Vorteils eines Fosbury-Flops gegenüber eines Schersprungs - 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 - selbstständiges Üben mit Partnerhilfe und Beobachtungsbogen, Bewegungskorrektur Mögliches Durchführen einer methodischen Übungsreihe: - Schersprung mit individueller Anlaufgestaltung - Fosbury-Flop mit individueller Anlaufgestaltung	Reflektierte Praxis: - Sprungtechnikreflektion nach Anschauen des Videos (kurviger Anlauf, Doppelarmschwung, Hohlkreuzhaltung) Fachbegriffe: - Fosbury-Flop - Kurviger Anlauf - Absprungbein - Doppelarmschwung - Hohlkreuzhaltung	unterrichtsbegleitend: - Anstrengungsbereitschaft, Engagement und Motivation - Übungs- und Trainingsverhalten - Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen - Beteiligung an Reflexionsphasen punktuell: - Techniküberprüfung - normorientiertes Bewerten von individuellen Leistungen

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 5.6
Thema des UV: <i>Le Parkour – Hindernisse kreativ, schnell und sicher überwinden</i>		
BF/SB: Bewegen an Geräten - Turnen	Inhaltsfeld(er): • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a] • Wagnis und Verantwortung [c] • Gesundheit [f]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5.1]	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Informationsaufnahme und –verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a.2] • Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c.2] • Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f.1]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • vielfältige turnerische Bewegungen auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [BWK 5.1] • turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [BWK 5.3]	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • die für das Lernen und üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [a.1] • die Herausforderung in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [c.3] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlichen Bewegungen anwenden [a.1] • unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [a.3] • Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [c.2] UK • Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [a.1] • den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [a.3]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: - Schüler sollen Bewegungselemente aus den vergangenen Jahrgangsstufen aufgreifen und dynamisch in Überwindungsmöglichkeiten des Parkours einbinden - die Schüler sollen einen Parkour überwinden können, welcher mehrere Elemente beinhaltet - Schüler sollen die Belastung ihrer Parkourläufe selber bestimmen und einschätzen können - Bewusstsein schaffen für die Schwierigkeit der einzelnen Übungsteile Fachbegriffe Grundtechniken zur Überwindung von Hindernissen - Präzisionssprung - Balancieren - Durchbruch - allg. Sprünge	- Organisationsformen: Stationenbetrieb - Eigenverantwortliches Arbeiten an den Geräten bei Auf- und Abbau sowie in praktischen Phasen - Erstellen eines Bewertungsbogen unter besonderer Berücksichtigung der Schwierigkeitsgrade der Parkourelemente - Zusatzaufgaben - Individualisierung, Übungsdauer und Intensität pro Element selber bestimmen Fachbegriffe - Stationenarbeit - Übernahme von verantwortungsvollen Aufgaben im Sportunterricht (z.B. Auf-/Abbau, Kreation von eigenen Elementen)	Gegenstände: - Historischer Hintergrund von „Le Parkour“ - ggf. erste Thematisierung von motorischen Lernkonzepten - Reck - Barren/ Stufenbarren - Bänke - Kästen - Wände ... Fachbegriffe - Unterscheidung zwischen „Freerunning“ und „Le Parkour“ - 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.)	unterrichtsbegleitend: - Beobachtung des Lernfortschritts - Engagement in selbstständigen Unterrichtsphasen, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben neuer Bewegungen Beobachtungskriterien: - Kontinuierliches Üben - Zunehmende Schwierigkeit - Konstruktive Hilfe in Partnerarbeit - Beachtung der Sicherheit - Korrekte Hilfestellung punktuell: - Techniküberprüfung - Merkmale - Grobkoordination - Bewegungsfluss/ „Flow“ - Bewegungsdynamik Beobachtungskriterium: - Ausführungsqualitätsüberprüfung in der Bewegungsverbinding

Weitere Materialien/ Tipps: https://www.sportunterricht.ch/IF/Le_Parkour_im_Schulsport.pdf

Jahrgangsstufe: 10		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 6.6
Thema des UV: BallKoRobics – selbstständige Erarbeitung und Präsentation einer BallKoRobics-Gruppenchoreographie			
BF/SB: Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste		Inhaltsfeld(er): • Bewegungsgestaltung [b] • Bewegungsstruktur und Bewegungslernen [a]	
Inhaltliche(r) Kern(e): • gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien) [6.1]		Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Wahrnehmen und Körpererfahrung [a.1] • grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a.4] • Variation von Bewegung (z.B. räumlich, zeitlich, dynamisch) [b.1] • Präsentation von Bewegungsgestaltung (individuell und gruppenspezifisch) [b.2] • Gestaltungskriterien [b.4]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • 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]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [b.1] • das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [b.2] MK • grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [a.1] • analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [a.2] • kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [b.3] UK • die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [b.1]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte: • Erlernen von Basisschritten • Gestalten kleiner Bewegungsfolge • Erarbeitung einer Gruppenchoreographie Fachbegriffe • V-Step • Knee-Lift • Side to Side und Leg Curl • Step Touch und Lunge • Jumping Jack • Grapevine	• Erproben und Festigen in Partner- und Kleingruppenarbeit • Präsentation einer Minichoreographie Fachbegriffe • Gruppenarbeit • Bewegungsverständnis • Gestaltungskriterien	Gegenstände: • Gruppenformationen präsentieren	unterrichtsbegleitend: • Engagement/ Motivationsbereitschaft • Gruppendynamik Beobachtungskriterien: • Bewegungsqualität bei der Ausführung • aktive Mitarbeit punktuell: Gruppenpräsentation Beobachtungskriterium: • technisch richtige Ausführung • Rhythmusicherheit

Weitere Materialien/ Tipps:

Jahgangsstufe: 10		Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 7.9
Thema des UV: Mit dem Partner mit- und gegeneinander spielen – Badminton: Taktische Verhaltensweisen im Doppel			
BF/SB: Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele		Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): Partnerspiele - Badminton		Inhaltliche(r) Schwerpunkt: Interaktion im Sport [e2]	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK - Sportspezifische Handlungssituationen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv im Doppel angemessen agieren und fair spielen [BWK 7.1] - In dem ausgewählten Partnerspiel auf fortgeschrittenen Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden. [BWK 7.2]		Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK - Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln (Doppel) kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [SK e1] MK - Einfache analoge Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. [MK e2] - Unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden. [MK a3] UK - 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] - Den Leistungsbegriff in unterschiedlichen Handlungssituationen (Einzel & Doppel) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren. [UK d2]	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte - Erlernen des Doppel-spezifischen Regelwerks - Erkunden verschiedener Aufstellungsformen (z.B. Nebeneinander, hintereinander, Pendel) → z.B. Sportiv (AB, „DO 1“) - Angriffs- und Verteidigungsaufstellung im Doppel Fachbegriffe - Aufstellungsformen	- Erstellen und Interpretieren von grafischen Darstellungen der Doppeltaktiken Fachbegriffe: - Aufstellungsformen - Spielfeld, Federball (Shuttle), Schläger - Grundstellung im Doppel - Kompassnadel	Reflektierte Praxis: - Verhaltensweisen im taktischen Zusammenspiel im Doppel - Angemessenes Reagieren auf bestimmte Spielsituationen	unterrichtsbegleitend: - kleine Spiele bzw. Übungsformen zur Orientierungsfähigkeit, Differenzierungsfähigkeit Beobachtungskriterien: - Ausführungsqualität - situative Anwendung punktuell: Beobachtungskriterium: - Spielbeobachtung - Präsentation und Ausführung der korrekten Aufstellungsformationen bei gegebenen taktischen Vorgaben

Weitere Materialien/ Tipps:

[SPORTIV](#) - Badminton

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des UVs: 6 DS	Nummer des UVs im BF/SB: 7.10
Thema des UV: Endzonenspiele: Ultimate Frisbee entwickeln und Flag Football als weiteres Endzonenspiel vertiefend erproben		
BF/SB: 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele	Inhaltsfeld(er): e – Kooperation und Konkurrenz	
Inhaltliche(r) Kern(e): • Weitere Sportspiele	Inhaltliche(r) Schwerpunkt(e): • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e1) • Interaktion im Sport (e2)	
Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK • sportartspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen (BWK 1) • 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)	Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK • Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern. (SK 2) MK • Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren. (MK 1) • einfache analoge und digitale Darstellung zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden. (MK 2) • in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen. (MK 3) UK • 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)	

Didaktisch-methodischen Entscheidungen:

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe	Leistungsbewertung
Inhalte 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. Kennenlernen und erproben des offiziellen Ultimate-Frisbee-Spiels. Exkurs: Kennenlernen und erproben eines weiteren Endzonenspiels (Flag-Football)	unter Vorgabe des Spielgeräts (Frisbee) und der Spielidee: Kleingruppenarbeit Spielideen entwickeln taktisch angemessene Verhaltensweisen entwickeln und anwenden	Gegenstände Fangen und Werfen der Frisbeescheibe (technisch-koordinativ) Entwicklung von taktischen Spielzügen (taktisch-kognitiv) Fachbegriffe: Frisbee Endzone Flag	unterrichtsbegleitend: Erarbeitung in Gruppen Spielbeobachtung punktuell: Präsentation der Spielideen

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 SI, § 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 Schülern 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