

# Schulinterner Lehrplan Sekundarstufe I und II

Sport

## Inhaltsverzeichnis

| Kapitel  |                                                                                                                            | Seite     |
|----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1</b> | <b>Aufgaben und Ziele des Faches Sport</b>                                                                                 | <b>4</b>  |
|          | 1.1 Leitbild für das Fach Sport                                                                                            | 4         |
|          | 1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung                                                                                    | 5         |
|          | 1.3 Sportstättenangebot                                                                                                    | 5         |
|          | 1.4 Unterrichtsangebot                                                                                                     | 5         |
|          | 1.5 Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht                                                                      | 6         |
|          | 1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot                                                                                     | 6         |
| <b>2</b> | <b>Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I</b>                                                                | <b>8</b>  |
|          | 2.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation                                                                      | 8         |
|          | 2.2 Obligatorik und Freiraum                                                                                               | 8         |
|          | 2.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen                                                               | 9         |
|          | 2.4 Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 5 - 10 | 10        |
|          | 2.5 Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen | 17        |
|          | 2.6 Absprachen der Fachkonferenz über didaktisch-methodische Entscheidungen                                                | 26        |
|          | 2.7 Hausaufgaben im Sportunterricht                                                                                        | 26        |
|          | 2.8 Entschlüsselung von Operatoren zur Bewältigung von Aufgaben                                                            | 27        |
| <b>3</b> | <b>Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe II</b>                                                               | <b>28</b> |
|          | 3.1 Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase                                                                               | 29        |
|          | 3.2 Unterrichtsvorhaben und Kursprofile in der Qualifikationsphase                                                         | 33        |
| <b>4</b> | <b>Konzept zur individuellen Förderung</b>                                                                                 | <b>41</b> |
|          | 4.1 Grundsätze zur individuellen Förderung                                                                                 | 41        |
|          | 4.2 Maßnahmen äußerer Differenzierung                                                                                      | 41        |
|          | 4.3 Maßnahmen zur Gestaltung individualisierten Lernens                                                                    | 41        |
|          | 4.4 Anlassbezogene individuelle Förderung                                                                                  | 42        |

| Kapitel  |                                                               | Seite     |
|----------|---------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>5</b> | <b>Leistung und Ihre Bewertung - Leistungskonzept</b>         | <b>44</b> |
|          | 5.1 Grundsätze zur Leistungsbewertung in der Sek I            | 44        |
|          | 5.2 Grundsätze der Leistungsbewertung in der Sek II           | 45        |
|          | 5.3 Formen der Leistungsbewertung                             | 47        |
|          | 5.4 Leistungsanforderungen – Kriterien zur Leistungsbewertung | 48        |
|          | 5.5 Grundsätze der Notenbildung                               | 54        |
| <b>6</b> | <b>Anhang</b>                                                 | <b>55</b> |
|          | 6.1 UV-Karten Vor- und Rückseiten                             | 55        |

# 1 Aufgaben und Ziele des Faches

## 1.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Hannah-Arendt-Gymnasiums (HAG) drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, gesundheitsfördernden Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport der Schülerinnen und Schüler (SuS) in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

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

Den SuS des HAG soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb wird den SuS die Gelegenheit gegeben, an Wettkämpfen teilzunehmen und Schulmannschaften zu bilden.

Das HAG fördert die Persönlichkeitsentwicklung der SuS durch Bewegung, Spiel und Sport, so dass sie...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hochzuhalten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sportliche Betätigung selbst steuern und kontrollieren können,
- Wissen über Gesundheit und Fitness im und durch Sport besitzen,
- Wissen über Gesundheit und Fitness des eigenen Körpers besitzen und diese differenziert wahrnehmen können,
- Wissen über die eigenen Lernstrategien besitzen und diese anwenden können,
- den Umgang mit einer bewegungsfreudigen, gesunden Lebensführung konstruktiv anwenden können,
- sich im schulischen Umfeld und durch alle am Schulleben Beteiligten – Schulleitung, Lehrkräfte, Eltern, Mitschülerinnen und Mitschüler – sozial anerkannt und integriert wissen.

Zur Entwicklung und Förderung dieser Persönlichkeitsattribute leistet die Fachschaft Sport durch die Gestaltung des Schulsportprogramms einen bedeutsamen Beitrag, der dem Bildungs- und Erziehungsauftrag einer bewegungsfreudigen und gesunden Schule gerecht wird.

Um SuS zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie ihnen in den Kursen der gymnasialen Oberstufe die Möglichkeit, Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten. Darüber hinaus können SuS vielfältige Möglichkeiten im Rahmen des von Sporthelfern organisierten Pausensports, der Übermittagsbetreuung sowie des außerunterrichtlichen Sports in der Schule nutzen.

## **1.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

Die Fachkonferenz Sport engagiert sich für die Qualitätsentwicklung und -sicherung des Sportunterrichts. Sie verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Implementationsveranstaltungen, Qualitätszirkeln für die Unterrichtsentwicklung im Fach Sport sowie an Fortbildungen im Rahmen der Unterrichtsentwicklung und Förderung des Schulsports.

Die Koordination für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne übernimmt der Fachvorsitz. Dieser verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz entwickelt ein Leitbild mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule.

## **1.3 Sportstättenangebot**

### **Sportstätten der Schule:**

- Schuleigene Turnhalle (einfach)
- Teilnutzung der städtischen Dreifachsporthalle
- Nutzung des Kraftraums bzw. Fitnessraums in der Dreifachhalle
- Teilnutzung der Zweifachturnhalle in Trägerschaft des Kreises und der Stadt

### **Im Umfeld der Schule:**

- Teilnutzung des städtischen Stadions mit leichtathletischer Ausstattung (Laufbahnen, Sprunggruben, Hochsprunganlage, Kugelstoßanlagen, Diskuswurfanlage, Speerwurfanlage) sowie Rasen- und Aschenplätze,
- Nutzung des städtischen Hallen- und Freibades,
- nahe gelegene Sportwiese
- Nutzungsmöglichkeit der TVL-Gymnastikhalle

## **1.4 Unterrichtsangebot**

Der Sportunterricht wird in allen Klassenstufen auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt:

- Regelunterricht der Klasse 6 (4-stündig), 5, 7, 8, 9 (3-stündig), 10 (2-stündig)
- Einführungsphase der GOST: 3-stündig
- Qualifikationsphase der GOST - Grundkurs: 3-stündig

- Angebot des Faches Sport als 4. Abiturfach

Für den Regelunterricht in der Sekundarstufe I gelten die Kernlehrpläne Sport Sek. I am Gymnasium/ NRW in der Fassung vom 01.08.2019.

In der gymnasialen Oberstufe findet der Sportunterricht im Rahmen des Pflichtunterrichts in der Einführungsphase 3-stündig im Rahmen reflektierter Praxis statt. Darüber hinaus wird Sport als 4. Abiturfach im Rahmen des Grundkurses angeboten.

In der Jahrgangsstufe EF findet eine im Schulprogramm und im Wanderrahmenplan festgelegte siebentägige Ski-Exkursion statt, die durch ein Unterrichtsvorhaben „Skigymnastik“ im Sportunterricht intensiv vorbereitet wird. Durch die Gestaltung des Programms der Ski-Exkursion wird sichergestellt, dass nicht nur skiläuferisches Können trainiert, sondern darüber hinaus die Geschichte, Methodik und Technik des Skilaufs sowie die mit dem Skilauf verbundene Umweltproblematik thematisiert wird.

### **1.5 Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht**

Das Fach Sport ist ein Unterrichtsfach, dass auf Grund seiner ihm eigenen Struktur der Sachinhalte zahlreiche Fachbereiche berücksichtigt: Sportpsychologie, Sportpädagogik, Sportbiologie, Sportsoziologie u.v.m. Daher bietet es sich an, die Verbindung verschiedener Fachbereiche bewusst zu machen und die Kooperation mit weiteren Fachkonferenzen und damit die Möglichkeit des fächerverbindenden Unterrichts zu nutzen.

### **1.6 Außerunterrichtliches Sportangebot**

Durch Beschluss der Schulkonferenz ist am HAG Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm verankert. Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird SuS ein vielfältiges zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen gemacht. Dabei erfolgt eine Kooperation mit außerschulischen Partnern des Sports.

#### **1.6.1 Bewegung, Spiel und Sport in der Übermittagsbetreuung**

Im Rahmen der Übermittagsbetreuung sowie des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird SuS ein vielfältiges zusätzliches Angebot zur individuellen Förderung gemacht.

Die folgenden Programme werden neben aktuell wechselnden Programmen zurzeit von der Schule angeboten: Reiten, Gerätturnen, Bewegungskünste und Jonglage.

#### **1.6.2 Sporthelferausbildung**

Die Schule bietet in Kooperation mit dem Stadt-/Kreissportbund SuS die Möglichkeit, sich als Schulsportshelferin oder -helfer (SH) im 2. Halbjahr der Jahrgangsstufe 9 ausbilden zu lassen. Die Ausbildung und der Einsatz der Schulsportshelfer werden von den zuständigen ausgebildeten Lehrpersonen durchgeführt. Einsatz (z.B. Betreuung des Pausensports, Unterstützung des schulsportlichen Wettkampfwesens, Sport in der Übermittagsbetreuung

u.v.m.) und durchgeführte Maßnahmen werden dokumentiert. Jährlich stehen bis zu 20 Ausbildungsplätze zur Verfügung.

SH verpflichten sich jeweils für mindestens ein Jahr nach erfolgreichem Abschluss der Ausbildung zur Mitarbeit im Schulsport. Bei erfolgreicher Teilnahme erhalten die SH ein Zertifikat für die Förderung des Ehrenamtes an der Schule. Die erfolgreiche Teilnahme wird mit einer Bemerkung auf dem Zeugnis versehen. Bei erfolgreich absolvierter Ausbildung haben die SuS die Möglichkeit, durch Teilnahme an einem Kompaktkurs die Übungsleiterlizenz der entsprechenden Fachverbände zu erwerben.

### **1.6.3 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“**

Die Sportlehrkräfte des HAG übernehmen die Verantwortung für die Betreuung der Schulmannschaften in verschiedenen Sportarten (z.B. Tennis, Gerätturnen, Fußball, Handball, Basketball, Schwimmen, Tischtennis). Dabei arbeiten sie eng mit örtlichen Vereinen zusammen.

### **1.6.4 Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten**

Leisten und Leistung zu erfahren, sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. Deshalb beschließt die Fachkonferenz, in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts Schulsportwettkämpfe und -turniere durchzuführen.

In einem Turnus von zwei Jahren findet ein Sportfest für die Erprobungsstufe bzw. für die gesamte Sekundarstufe I statt, bei dem die Klassen in Teams in alternativen Sportspielen gegeneinander antreten. SH unterstützen diese Aktivitäten.

Darüber hinaus werden die SuS in den leichtathletischen Disziplinen auf den Erwerb des Sportabzeichens vorbereitet.

## **2 Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe I**

Die Fachkonferenz Sport erstellte zur Sicherung des Kompetenzerwerbs in den beiden Kompetenzstufen diesen schulinternen Lehrplan auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport Sek. I. Dazu legte sie – unter Berücksichtigung der Schwerpunkte im Schulsportprogramm – die Obligatorik der Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I fest und erstellte ein Übersichtsraster über Unterrichtsvorhaben (UV). Die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche sind jeweils farbig markiert, so dass die Zugehörigkeit der UV zu den Bewegungsfeldern/ Sportbereichen erkennbar wird. Die UV werden für die jeweilige Jahrgangsstufe festgelegt und sind verbindlich. Sie enthalten Ausführungen zu den jeweils angebahnten Kompetenzerwartungen sowie zu den zentralen Inhalten auf der Grundlage der leitenden pädagogischen Perspektiven.

### **2.1 Grundsätze zur Schul- und Unterrichtsorganisation**

Unterrichtskürzungen in der Sekundarstufe I sowie in der gymnasialen Oberstufe sind unbedingt zu vermeiden. Falls auf Grund schulstruktureller und/oder aktueller Gegebenheiten ausnahmsweise Unterrichtskürzungen unvermeidbar sind, müssen Ausgleichsmöglichkeiten geschaffen werden.

Sportunterricht ist gemäß Schulgesetz NRW dem Prinzip reflexiver Koedukation bei der Organisation und Gestaltung des Unterrichts verpflichtet. Die Fachschaft verpflichtet sich dazu, das Miteinander der Geschlechter bei Bewegung, Spiel und Sport zu fördern und entsprechend didaktisch zu reflektieren. Eine zeitweise – auf einzelne Unterrichtsvorhaben beschränkte – geschlechtshomogene Gestaltung des Unterrichts kann für besondere didaktische Zielsetzungen unter Berücksichtigung reflexiver Koedukation erfolgen.

### **2.2 Obligatorik und Freiraum**

Die Fachkonferenz trifft Absprachen über die fachliche Ausgestaltung des Unterrichtsfreiraums im Umfang von ca. 33 Prozent des Unterrichtsvolumens auf der Grundlage des Leitbildes sowie der Rahmenbedingungen der Schule. Die Berechnung des Freiraums geht von vollständig erteiltem Unterricht gemäß Stundentafel (APO-Sek. I) aus. Durch im Einzelfall entstehende und unverzichtbare Unterrichtskürzungen bzw. –ausfälle und dadurch bedingter Zweistündigkeit entfällt der Freiraum.

Der Kernlehrplan Sport ist so ausgerichtet, dass für den Kompetenzerwerb ca. zwei Drittel der Stundentafel des MSW (bei 15 Wochenstunden im Verlauf der Sekundarstufe I) benötigt werden. Der schulinternen (Sport-) Stundentafel sind Obligatorik und Freiraum zu entnehmen.

### **2.3 Ziele des Sportunterrichts in den beiden Kompetenzstufen**

Der Sportunterricht in der Jahrgangsstufe 5 des Gymnasiums knüpft an die im Sportunterricht der Grundschule gewonnenen Erfahrungen an. Vorrangige Aufgabe in der Jahrgangsstufe 5 ist es, eigene Stärken zu entdecken und lernhinderliche und lernförderliche Faktoren beim sportlichen Lernprozess zu erkennen und zu verstehen. Es ist Aufgabe der Sportlehrkräfte, SuS hierbei intensiv zu unterstützen und ggf. Eltern eingehend zu beraten. Dazu ist es erforderlich, kleine Aufgabenstellungen selbstständig oder in kleinen Gruppen zu erarbeiten sowie eigenverantwortlich durchzuführen; dazu gehört z. B. das Aufwärmen, kleinere Präsentationen sowie kleine Spiele oder Pausenspiele selbst organisiert durchzuführen oder altersangemessen in der Schule aber auch eigenverantwortlich organisiert ihre konditionellen Voraussetzungen zu entwickeln und zu fördern.

Vorrangiges Ziel des Sportunterrichts in den Jahrgangsstufen 5 und 6 ist die Förderung der Wahrnehmungsfähigkeit sowie der Kooperations- und Teamfähigkeit. Dabei geht es einerseits darum, noch unbekannte Bewegungen zu erfahren und kennen zu lernen, aber auch die eigene Wahrnehmungsfähigkeit zu verbessern und Bewegung, Spiel und Sport und seine positiven Auswirkungen auf junge Menschen erfahrbar zu machen. Darüber hinaus soll das gemeinsame Mit- und Gegeneinander beim sportlichen Handeln einen Beitrag dazu leisten, einerseits miteinander zu kooperieren und gemeinsam Sport zu treiben, andererseits aber auch beim Wettkämpfen fair und rücksichtsvoll miteinander umzugehen und teamorientiert zu handeln.

Im Sportunterricht der Jahrgangsstufen 7 – 10 sollen sich die Schülerinnen und Schüler mit dem Leistungsbegriff in den verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen auseinandersetzen; so ist es eine wichtige Aufgabe des Sportunterrichts in diesen Jahrgangsstufen, die Lern- und Leistungsbereitschaft und -fähigkeit zu entwickeln und kontinuierlich auszubauen. Lehrkräfte am HAG sehen es als ihre pädagogisch herausfordernde Aufgabe an, die Leistungsbereitschaft zu fördern, andererseits aber auch weniger leistungsstarke SuS in ihrem Selbstwertgefühl zu stärken und ihnen Bereiche des Sports zu erschließen, die es ihnen ermöglichen individuelle Sinnperspektiven und eigene Vorlieben sportlichen Handelns zu entdecken und zu nutzen.

## 2.4 Zuordnung der Kompetenzerwartungen und inhaltlichen Schwerpunkte zu den Unterrichtsvorhaben der Jahrgangsstufen 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 Wahrnehmungs-, Methoden- und Urteilskompetenz vor dem Hintergrund inhaltlicher Schwerpunkte aus den Inhaltsfeldern ermöglichen. Im Folgenden werden diese Übersichten dargestellt, welche die Dauer des UV, seine intentionale Ausrichtung durch pädagogische Perspektiven sowie damit einhergehende inhaltliche Zielsetzungen verdeutlichen. Die Kompetenzerwartungen sowie die konkreten inhaltlichen Schwerpunkte werden im Einzelnen in einer Übersicht dargestellt. Die unterschiedlichen Farben markieren die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche, die dem jeweiligen UV zu Grunde liegen:

|    |                                                                  |
|----|------------------------------------------------------------------|
| 1. | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen         |
| 2. | Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen                      |
| 3. | Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik                        |
| 4. | Bewegen im Wasser - Schwimmen                                    |
| 5. | Bewegen an Geräten - Turnen                                      |
| 6. | Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste |
| 7. | Spiele in und mit Regelstrukturen - Sportspiele                  |
| 8. | Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport, Bootssport, Wintersport     |
| 9. | Ringern und Kämpfen - Zweikampfsport                             |

### 2.4.1 Jahrgangsstufe 5 - Obligatorik: 105 Stunden / Freiraum: 15 Stunden

1. „Richtig aufwärmen!“ – Erprobung funktionsgymnastischer Übungen auf der Basis allgemeiner Aufwärmprinzipien mit dem Ziel sich sachgerecht aufzuwärmen
2. Das Mit- und Gegeneinander im Spiel – „Alles was zählt im Spiel“ – eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen und anhand entsprechender Kriterien „Kleine Spiele“ weiterentwickeln und bewerten
3. „Laufen, Springen, Werfen“ – Erprobung grundlegender leichtathletischer Bewegungen anhand von vielseitigen, spielerischen Anforderungssituationen
4. „Gymnastisches Laufen, Hüpfen, Springen“ – Gymnastische Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben mit und ohne Handgerät erproben
5. „Klettern, Springen, Stützen“ - grundlegende Bewegungsfertigkeiten des Geräteturnens erlernen
6. „Kleine Spiele, so wie wir sie wollen“ – Von der Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele über die selbständige Organisation und Durchführung zur Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung „Kleiner Spiele“
7. „Unser erster gemeinsamer Auftritt“ – Grundlegende Merkmale von Bewegungsgestaltungen einer Partner- oder Gruppenchoreografie
8. „Wir beherrschen unser Fahrrad“ – Sicheres Fahren im Straßenverkehr und im Gelände
9. „Dribbeln, Passen, Werfen, Schießen und das Spiel ohne Ball“ – grundlegende Fertigkeiten und ihre Anwendung in fuß- und handballähnlichen Spielformen

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK       | MK    | UK    |
|----|-----|---------|------|----------|-------|-------|
| 1  | 1.1 | 1.1 1.2 | 10   | a1 f1 f2 | f1    | f1    |
| 2  | 2.1 | 2.1 2.2 | 14   | e1       | e1    | e1    |
| 3  | 3.1 | 3.1     | 16   | d1 a2    | a1    | d1 a1 |
| 4  | 6.1 | 6.1     | 10   | b1       | b1    | b1    |
| 5  | 5.1 | 5.1     | 14   | c1       | c1    | c1    |
| 6  | 2.2 | 2.3 2.4 | 16   | e2       | e2    | e1    |
| 7  | 6.2 | 6.2     | 12   | b2       | b2    | b1    |
| 8  | 8.1 | 8.1 8.2 | 8    | f1 f2    | f1    | f1    |
| 9  | 7.1 | 7.1     | 16   | a2 d2    | a2 d1 | a1    |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.4.2 Jahrgangsstufe 6 - Obligatorik: 117 Stunden / Freiraum: 43 Stunden

10. „Wie und was im nassen Element?!“ – Elementare Erfahrungen zu Verhaltensweisen des Körpers im Wasser als Voraussetzung zum sicheren Schwimmen nutzen.
11. „Brust oder Kraul – das ist hier die Frage“ – Festigung der Brustschwimmtechnik und Erlernen des Krauls im Hinblick auf ausdauerndes Schwimmen
12. Höher, tiefer, weiter – aber sicher! Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut – Grenzen ausloten und dennoch sicher bewegen
13. Badminton statt Federball – Anwendung von Grundfertigkeiten in einfachen Badminton-Spielsituationen (optional Tischtennis)
14. Ringen, Rangeln, Raufen – Erproben eins regelgerechten Mit- und Gegeneinanders in (Zwei-) Kampfsituationen
15. Hindernisse hindern uns nicht – Förderung der motorischen Basisqualifikationen Hangeln, Stützen, Klettern und Balancieren anhand eines Hindernisparcours
16. „Trau mich nicht – kann das nicht“ – Der Sicherheitsaspekt im Turnen als Grundlage für die schrittweise Entwicklung eines turnerischen Selbstvertrauens
17. „Duoturnen“ – Turnerische (Partner-)Gestaltungen an unterschiedlichen Geräten erarbeiten und präsentieren
18. „Laufen ohne zu schnaufen“ – Laufspiele und erste ausdauernde Läufe zur Verbesserung der Körperwahrnehmung
19. „Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam planen und durchführen
20. Gewinnen um jeden Preis? Wir bleiben fair – Planung und Durchführung von Spielturnieren (Badminton/ Basketball)

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK       | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|----------|-------|----|
| 10 | 4.1 | 4.1 4.2 | 12   | c1 a1    | c1 a1 | a1 |
| 11 | 4.2 | 4.3     | 16   | d2       | d1    | d1 |
| 12 | 4.3 | 4.4     | 12   | c1       | c1    | c1 |
| 13 | 7.2 | 7.3     | 14   | e2 a2    | e2 a2 | e1 |
| 14 | 9.1 | 9.1 9.2 | 10   | e1       | e1    | e1 |
| 15 | 1.2 | 1.3     | 8    | c1       | c1    | c1 |
| 16 | 5.2 | 5.2     | 10   | b1       | b2    | b1 |
| 17 | 5.3 | 5.3     | 10   | c1       | c1    | c1 |
| 18 | 1.3 | 1.4     | 8    | f1       | f1    | f1 |
| 19 | 3.2 | 3.2 3.3 | 12   | d1 d2    | d1    | d1 |
| 20 | 7.3 | 7.2     | 16   | d2 e1 d3 | d1 e1 | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

### 2.4.3 Jahrgangsstufe 7 - Obligatorik: 88 Stunden / Freiraum: 32 Stunden

21. „Unsere kleinen Spiele“ – Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele, selbstständige Organisation und Durchführung sowie Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung ‚kleiner Spiele‘
22. „Schwimboje oder Torpedo“ Bewegungsgrundsätze von Wechsel- oder Gleitzugtechniken
23. „Rette mich wer kann!“ Gefahrensituationen im Wasser bewältigen und Techniken des Rettungsschwimmens kennenlernen
24. „Be confident!“ – Eine eigene Choreografie mit oder ohne Handgerät zu einem vorgegebenen Thema erarbeiten und präsentieren.
25. „Jeder was er kann!“ – Einführung grundlegender turnerischer Elemente an verschiedenen Geräten und Erlernen von Basisgriffen zum verantwortungsbewussten Helfen und Sichern
26. „Auf die Plätze, fertig, los...“ – Technikverbesserung bei klassischen leichtathletischen Disziplinen
27. „How to play“ – get ready to cooperate and compete

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|-------|-------|----|
| 21 | 2.1 | 2.1     | 10   | e2    | e1    | e1 |
| 22 | 4.1 | 4.1     | 12   | a1 a2 | a2    | a1 |
| 23 | 4.2 | 4.2     | 12   | c2 c1 | c1    | c1 |
| 24 | 6.1 | 6.1     | 16   | b1    | b3    | b1 |
| 25 | 5.1 | 5.1     | 12   | c2    | c1 c2 | c1 |
| 26 | 3.1 | 3.1     | 14   | a2    | a2 a3 | a3 |
| 27 | 7.1 | 7.1 7.2 | 12   | e1    | e3    | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.4.4 Jahrgangsstufe 8 - Obligatorik: 72 / Freiraum: 48 Stunden

28. „Mehr als nur Runden laufen!“ – Aufwärmprogramme als Vorbereitung auf unterschiedliche Sportarten selbstständig planen, durchführen und reflektieren
29. „Wo sind meine Mitspieler?“ – Individual und Mannschaftstaktik am Beispiel unterschiedlicher großer Spiele erlernen und verbessern
30. „Die TänzerInnen aus der ersten Reihe?“ – Entwicklung einer Gruppenchoreographie mit besonderer Rücksicht auf das Gestaltungskriterium Raum
31. Menschenpyramiden – Grundsätzliche technische und gestalterische Aspekte der Akrobatik
32. „auf höchstem Niveau?!“ – In neuen leichtathletischen Disziplinen wie Hochsprung, Kugelstoßen oder Hürdenlauf Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers einschätzen lernen.
33. „Mehr als Beinchen Stellen“ – Vertiefung der Techniken beim Ringen und Kämpfen und der respektvolle Umgang mit dem Gegner

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|-------|-------|----|
| 28 | 1.1 | 1.1 1.2 | 16   | f1 f2 | a2    | f2 |
| 29 | 7.2 | 7.2     | 14   | e1    | e1 e2 | e1 |
| 30 | 6.2 | 6.2     | 12   | b2 b1 | b2 b3 | b2 |
| 31 | 5.2 | 5.2     | 10   | b1    | b1    | b2 |
| 32 | 3.2 | 3.2     | 10   | d3    | d2    | d2 |
| 33 | 9.1 | 9.1     | 10   | a1    | f1    | a3 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.4.5 Jahrgangsstufe 9 - Obligatorik: 82 Stunden/ Freiraum: 38 Stunden

- 34. „Gas, Bremse und Gleichgewicht“ – Radfahren durch einen Hindernisparcours, im Pumptrack und im Wald
- 35. „Schooon wiieeeder Basketball?“ – Alternative Sportspiele aus unterschiedlichen Kulturkreisen
- 36. „Ein run im flow“ – Le Parkour und Freerunning unter dem Wagnisaspekt
- 37. „Mein Körper erzählt eine Geschichte“ – Ausdrucksfähigkeit und Kreativität verbessern durch Spielarten und Grundzüge des Bewegungstheaters
- 38. „Jetzt zählt's“ – technisch-koordinative und konditionell anspruchsvolle leichtathletische Wettbewerbe unter dem Aspekt Leistung (z.B. Hürdenlauf oder Speerwurf)
- 39. „Touch down!“ – Taktiken, Aufstellungsformen, Laufwege und Regeln im Flagfootball

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|-------|-------|----|
| 34 | 8.1 | 8.1 8.2 | 8    | a1 c1 | c2 f2 | a2 |
| 35 | 7.3 | 7.4     | 12   | e2    | e3    | e1 |
| 36 | 5.3 | 5.3     | 14   | c3    | c1 c2 | c1 |
| 37 | 6.3 | 6.3     | 12   | b2    | b1 b2 | b2 |
| 38 | 3.3 | 3.3     | 20   | d1    | d2    | d1 |
| 39 | 7.4 | 7.3     | 16   | e1    | e2    | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.4.6 Jahrgangsstufe 10 - Obligatorik: 54 Stunden/ Freiraum: 18 Stunden

40. „Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser
41. „Ich will so sein wie Pamela Reif“ – Reflektierter Umgang mit Fitnesstrends und digitale Werkzeuge als Hilfsmittel zur Verbesserung der Fitness
42. „Schach ist doch gar kein Sport!“ – Spiele aus anderen Kulturen kennen und spielen lernen bzw. das Spiel allgemein (eSports, Pokern, Schach) unter dem Aspekt der Strukturmerkmale von Spiel und Sport
43. „Festhalten und Befreien – Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen“
44. „Dort hinauf, aber zu welchem Preis?“ – Orientierungslauf durch den Teutoburger Wald unter Umwelt- und Gesundheitsmotiven
45. „Schwimmen und Laufen ohne zu schnaufen“ – Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung im Wasser und am Land (Teil 2)

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|-------|-------|----|
| 40 | 4.3 | 4.3     | 8    | b1 b2 | b1 b3 | b1 |
| 41 | 1.2 | 1.3     | 10   | a2    | a1 a2 | a2 |
| 42 | 2.2 | 2.1     | 8    | e2    | e1    | e1 |
| 43 | 9.2 | 9.1 9.2 | 8    | e1 a2 | e1 e3 | e1 |
| 44 | 3.4 | 3.4     | 10   | f1    | f2    | f1 |
| 45 | 1.3 | 1.4     | 10   | d2 d1 | d1    | d2 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5 Zuordnung der Kompetenzerwartungen sowie der inhaltlichen Schwerpunkte zu den neun Bewegungsfeldern und Sportbereichen

### 2.5.1 BF 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen (52 Std.)

#### Jahrgangsstufen 5/6

1. „Richtig aufwärmen!“ – Erprobung funktionsgymnastischer Übungen auf der Basis allgemeiner Aufwärmprinzipien mit dem Ziel sich sachgerecht aufzuwärmen

15. Hindernisse hindern uns nicht – Förderung der motorischen Basisqualifikationen Hangeln, Stützen, Klettern und Balancieren anhand eines Hindernisparcours

18. „Laufen ohne zu schnaufen“ – Laufspiele und erste ausdauernde Läufe zur Verbesserung der Körperwahrnehmung

#### Jahrgangsstufen 7 – 10

28. „Mehr als nur Runden laufen!“ – Aufwärmprogramme als Vorbereitung auf unterschiedliche Sportarten selbstständig planen, durchführen und reflektieren

41. „Ich will so sein wie Pamela Reif“ – Reflektierter Umgang mit Fitnesstrends und digitale Werkzeuge als Hilfsmittel zur Verbesserung der Fitness

45. „Schwimmen und Laufen ohne zu schnaufen“ – Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung im Wasser und am Land (Teil 2)

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK       | MK    | UK |
|----|-----|---------|------|----------|-------|----|
| 1  | 1.1 | 1.1 1.2 | 10   | a1 f1 f2 | f1    | f1 |
| 15 | 1.2 | 1.3     | 8    | c1       | c1    | c1 |
| 18 | 1.3 | 1.4     | 8    | f1       | f1    | f1 |
| 28 | 1.1 | 1.1 1.2 | 16   | f1 f2    | a2    | f2 |
| 41 | 1.2 | 1.3     | 10   | a2       | a1 a2 | a2 |
| 45 | 1.3 | 1.4     | 10   | d2 d1    | d1    | d2 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.2 BF 2: Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen (50 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

2. Das Mit- und Gegeneinander im Spiel – „Alles was zählt im Spiel“ – eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen und anhand entsprechender Kriterien „Kleine Spiele“ weiterentwickeln und bewerten

6. „Kleine Spiele, so wie wir sie wollen“ – Von der Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele über die selbstständige Organisation und Durchführung zur Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung „Kleiner Spiele“

### Jahrgangsstufen 7 – 10

21. „Unsere kleinen Spiele“ – Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele, selbstständige Organisation und Durchführung sowie Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung ‚kleiner Spiele‘

42. „Schach ist doch gar kein Sport!“ – Spiele aus anderen Kulturen kennen und spielen lernen bzw. das Spiel allgemein (eSports, Pokern, Schach) unter dem Aspekt der Strukturmerkmale von Spiel und Sport

| UV | BF  | BWK        | Std. | SK | MK | UK |
|----|-----|------------|------|----|----|----|
| 2  | 2.1 | 2.1<br>2.2 | 14   | e1 | e1 | e1 |
| 6  | 2.2 | 2.3<br>2.4 | 16   | e2 | e2 | e1 |
| 21 | 2.1 | 2.1        | 10   | e2 | e1 | e1 |
| 42 | 2.2 | 2.1        | 10   | e2 | e1 | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.3 BF 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (82 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

3. „Laufen, Springen, Werfen“ – Erprobung grundlegender leichtathletischer Bewegungen anhand von vielseitigen, spielerischen Anforderungssituationen

19. „Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam planen und durchführen

### Jahrgangsstufen 7 – 10

26. „Auf die Plätze, fertig, los...“ – Technikverbesserung bei klassischen leichtathletischen Disziplinen

32. „auf höchstem Niveau?!“ – In neuen leichtathletischen Disziplinen wie Hochsprung, Kugelstoßen oder Hürdenlauf Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers einschätzen lernen.

38. „Jetzt zählt’s“ – technisch-koordinative und konditionell anspruchsvolle leichtathletische Wettbewerbe unter dem Aspekt Leistung (z.B. Hürdenlauf oder Speerwurf)

44. „Dort hinauf, aber zu welchem Preis?“ – Orientierungslauf durch den Teutoburger Wald unter Umwelt- und Gesundheitsmotiven

| UV | BF  | BWK     | Std. | SK    | MK    | UK    |
|----|-----|---------|------|-------|-------|-------|
| 3  | 3.1 | 3.1     | 16   | d1 a2 | a1    | d1 a1 |
| 19 | 3.2 | 3.2 3.3 | 12   | d1 d2 | d1    | d1    |
| 26 | 3.1 | 3.1     | 14   | a2    | a2 a3 | a3    |
| 32 | 3.2 | 3.2     | 10   | d3    | d2    | d2    |
| 38 | 3.3 | 3.3     | 20   | d1    | d2    | d1    |
| 44 | 3.4 | 3.4     | 10   | f1    | f2    | f1    |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.4 BF 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen (74 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

10. „Wie und was im nassen Element?!“ – Elementare Erfahrungen zu Verhaltensweisen des Körpers im Wasser als Voraussetzung zum sicheren Schwimmen nutzen.

11. „Brust oder Kraul – das ist hier die Frage“ – Festigung der Brustschwimmtechnik und Erlernen des Krauls im Hinblick auf ausdauerndes Schwimmen

12. Höher, tiefer, weiter – aber sicher! Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut – Grenzen ausloten und dennoch sicher bewegen

### Jahrgangsstufen 7 - 10

22. „Schwimdboje oder Torpedo“ Bewegungsgrundsätze von Wechsel- oder Gleitzugtechniken

23. „Rette mich wer kann!“ Gefahrensituationen im Wasser bewältigen und Techniken des Rettungsschwimmens

40. „Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser

| UV | BF  | BWK     | Std | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|-----|-------|-------|----|
| 10 | 4.1 | 4.1 4.2 | 12  | c1 a1 | a2 c1 | a1 |
| 11 | 4.2 | 4.3     | 16  | d2    | d1    | d1 |
| 12 | 4.3 | 4.4     | 12  | c1    | c1    | c1 |
| 22 | 4.1 | 4.1     | 12  | a1    | a2    | a1 |
| 23 | 4.2 | 4.2     | 12  | c2    | c1    | c1 |
| 40 | 4.3 | 4.3     | 8   | b1 b2 | b1 b3 | b1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.5 BF 5: Bewegen an Geräten – Turnen (70 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

5. „Klettern, Springen, Stützen“ - grundlegende Bewegungsfertigkeiten des Geräteturnens erlernen
16. „Duoturnen“ – Turnerische (Partner-)Gestaltungen an unterschiedlichen Geräten erarbeiten und präsentieren
17. „Trau mich nicht – kann das nicht“ – Der Sicherheitsaspekt im Turnen als Grundlage für die schrittweise Entwicklung eines turnerischen Selbstvertrauens

### Jahrgangsstufen 7 - 10

25. „Jeder was er kann!“ – Einführung grundlegender turnerischer Elemente an verschiedenen Geräten und Erlernen von Basisgriffen zum verantwortungsbewussten Helfen und Sichern
31. Menschenpyramiden – Grundsätzliche technische und gestalterische Aspekte der Akrobatik
36. „Ein run im flow“ – Le Parkour und Freerunning unter dem Wagnisaspekt

| UV | BF  | BWK | Std. | SK | MK    | UK |
|----|-----|-----|------|----|-------|----|
| 5  | 5.1 | 5.1 | 14   | c1 | c1    | c1 |
| 16 | 5.2 | 5.2 | 10   | b1 | b2    | b1 |
| 17 | 5.3 | 5.3 | 10   | c1 | c1    | c1 |
| 25 | 5.1 | 5.1 | 12   | c2 | c1 c2 | c1 |
| 31 | 5.2 | 5.2 | 10   | b1 | b1    | b2 |
| 36 | 5.3 | 5.3 | 14   | c3 | c1 c2 | c1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.6 BF 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste (62 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

4. „Gymnastisches Laufen, Hüpfen, Springen“ – Gymnastische Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben mit und ohne Handgerät erproben
7. „Unser erster gemeinsamer Auftritt“ – Grundlegende Merkmale von Bewegungsgestaltungen einer Partner- oder Gruppenchoreografie

### Jahrgangsstufen 7 – 10

24. „Be confident!“ – Eine eigene Choreografie mit oder ohne Handgerät zu einem vorgegebenen Thema erarbeiten und präsentieren.
30. „Die TänzerInnen aus der ersten Reihe?“ – Entwicklung einer Gruppenchoreografie mit besonderer Rücksicht auf das Gestaltungskriterium Raum
37. „Mein Körper erzählt eine Geschichte“ – Ausdrucksfähigkeit und Kreativität verbessern durch Spielarten und Grundzüge des Bewegungstheaters

| UV | BF  | BWK | Std. | SK    | MK    | UK |
|----|-----|-----|------|-------|-------|----|
| 4  | 6.1 | 6.1 | 10   | b1    | b1    | b1 |
| 7  | 6.2 | 6.2 | 12   | b2    | b2    | b1 |
| 24 | 6.1 | 6.1 | 16   | b1    | b3    | b1 |
| 30 | 6.2 | 6.2 | 12   | b2 b1 | b2 b3 | b2 |
| 37 | 6.3 | 6.3 | 12   | b2    | b1 b2 | b2 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.7 BF 7: Spielen in und mit Regelstrukturen/Sportspiele (100 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

9. „Dribbeln, Passen, Werfen, Schießen und das Spiel ohne Ball“ – grundlegende Fertigkeiten und ihre Anwendung in fuß- und handballähnlichen Spielformen

13. Badminton statt Federball – Anwendung von Grundfertigkeiten in einfachen Badminton-Spielsituationen (optional Tischtennis)

20. Gewinnen um jeden Preis? Wir bleiben fair – Planung und Durchführung von Spielturnieren (Badminton/ Basketball)

### Jahrgangsstufen 7 - 10

27. „How to play“ – get ready to cooperate and compete

29. „Wo sind meine Mitspieler?“ – Individual und Mannschaftstaktik am Beispiel unterschiedlicher großer Spiele erlernen und verbessern

35. „Schooon wiieeeder Basketball?“ – Alternative Sportspiele aus unterschiedlichen Kulturkreisen

39. „Touch down!“ – Taktiken, Aufstellungsformen, Laufwege und Regeln im Flagfootball

| UV | BF  | BWK     | Std | SK       | MK    | UK |
|----|-----|---------|-----|----------|-------|----|
| 9  | 7.1 | 7.1     | 16  | a2 d2    | a2 d1 | a1 |
| 13 | 7.2 | 7.3     | 14  | e2 a2    | e2 a2 | e1 |
| 20 | 7.3 | 7.2     | 16  | d2 e1 d3 | d1 e1 | e1 |
| 27 | 7.1 | 7.1 7.2 | 12  | e1       | e3    | e1 |
| 29 | 7.2 | 7.2     | 14  | e1       | e1 e2 | e1 |
| 35 | 7.3 | 7.4     | 12  | e2       | e3    | e1 |
| 39 | 7.4 | 7.3     | 16  | e1       | e2    | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.8 BF 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport, Bootssport, Wintersport (16 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

8. „Wir beherrschen unser Fahrrad“ – Sicheres Fahren im Straßenverkehr und im Gelände

### Jahrgangsstufen 7 – 10

34. „Gas, Bremse und Gleichgewicht“ – Radfahren durch einen Hindernisparcours, im Pumptrack und im Wald

| UV | BF  | BWK     | Std | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|-----|-------|-------|----|
| 8  | 8.1 | 8.1 8.2 | 8   | f1 f2 | f1    | f1 |
| 34 | 8.1 | 8.1 8.2 | 8   | a1 c1 | c2 f2 | a2 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## 2.5.9 BF 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport (30 Std.)

### Jahrgangsstufen 5/6

14. Ringen, Rangeln, Raufen – Erproben eins regelgerechten Mit- und Gegeneinanders in (Zwei-) Kampfsituationen

### Jahrgangsstufen 7 – 10

33. „Mehr als Beinchen Stellen“ – Vertiefung der Techniken beim Ringen und Kämpfen und der respektvolle Umgang mit dem Gegner

43. „Festhalten und Befreien – Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen“

| UV | BF  | BWK     | Std | SK    | MK    | UK |
|----|-----|---------|-----|-------|-------|----|
| 14 | 9.1 | 9.1 9.2 | 10  | e1    | e1    | e1 |
| 33 | 9.1 | 9.1     | 10  | a1    | f1    | a3 |
| 43 | 9.2 | 9.1 9.2 | 8   | e1 a2 | e1 e3 | e1 |

Legende: UV = Unterrichtsvorhaben; BF = Bewegungsfeld/ Sportbereich; Std. = Stunden; BWK = Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen; SK = Sachkompetenz; MK = Methodenkompetenz; UK = Urteilskompetenz

## **2.6 Absprachen der Fachkonferenz über didaktisch-methodische Entscheidungen**

Die Fachkonferenz trifft auf der Grundlage der Obligatorik Absprachen für jedes Unterrichtsvorhaben und sichert damit die fachliche Kontinuität der Lehr- und Lernprozesse innerhalb einzelner Jahrgangsstufen.

In UV - Karten zu den jeweiligen UV (DIN A-4 Format) werden – bezogen auf den Kernlehrplan – auf der *Vorderseite* die Kompetenzerwartungen und die zentralen Inhalte konkretisiert. Darin werden die angestrebten Kompetenzerwartungen sowie die zentralen Inhalte des UV konkret aufgeführt. Zusätzlich werden auf der Vorderseite Angaben zur Reihenfolge des UV innerhalb des jeweiligen Bewegungsfeldes sowie zur Jahrgangsstufe, in der das UV durchgeführt werden soll, gemacht (s. Anhang 5.1).

## **2.7 Hausaufgaben im Sportunterricht**

Hausaufgaben sollen in einzelnen Unterrichtsvorhaben vornehmlich der Vor- und Nachbereitung sowie der Anwendung von Unterrichtsinhalten dienen.

Dabei orientiert sich die Fachkonferenz Sport am gültigen Hausaufgabenkonzept des HAG, welches den zeitlichen Rahmen pro Fach und Woche vorgibt.

Hausaufgaben sollen immer dann behutsam eingesetzt werden, wenn Übungs-, Anwendungs- und Vorbereitungsaufgaben Gegenstand des Unterrichts sind, deren Ergebnisse nicht allein durch den Sportunterricht erreicht werden können (z.B. Ausdauerleistungen). Dabei bietet es sich oftmals an, die Hausaufgabe als langfristigen Plan aufzugeben (z.B. über einen Monat), der von den SuS als eine Art Tagebuch dokumentiert werden kann.

## 2.8 Entschlüsselung von Operatoren zur Bewältigung von Aufgaben

Die offiziellen, fächerspezifischen Operatorenlisten des MSW stellen Handlungsaufforderungen dar, um fachspezifische - mündliche oder schriftliche - Aufgaben für SuS zu initiieren, zu lenken und zu strukturieren. Dabei stellt die Fachkonferenz durch gezielt ausgewählte und verantwortungsvoll eingesetzte mündliche und schriftliche Aufgaben sicher, dass FachlehrerInnen sowie SuS ein gemeinsames Verständnis vom Kerninhalt der für die Sekundarstufe I grundlegenden Operatoren haben. Dazu trifft die Fachkonferenz eine Auswahl von Operatoren, die bis zum Ende der Sekundarstufe I betont werden und durch Übungen gesichert werden sollen. Folgende Auswahl von Operatoren aus der Operatorenliste für den Sportunterricht in der Sekundarstufe II wird verbindlich bis zum Ende der Sekundarstufe I von der Fachkonferenz in den jeweiligen Unterrichtsvorhaben festgelegt.

| <b>Operator</b>                   | <b>AFB</b> | <b>Definition - Sekundarstufe I</b>                                                                                                                              |
|-----------------------------------|------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Benennen                          | I          | ohne nähere Erläuterungen aufzählen                                                                                                                              |
| Beschreiben                       | I (- II)   | einfache Strukturen, Sachverhalte oder Zusammenhänge unter Darstellen Verwendung der Fachsprache in eigenen Worten wiedergeben                                   |
| Ein-/Zuordnen                     | I – II     | einen Sachverhalt in einen konkreten Zusammenhang einfügen                                                                                                       |
| Skizzieren                        | I – II     | grundlegende Sachverhalte, Strukturen oder Ergebnisse kurz und übersichtlich (z.B. mit Hilfe von Diagrammen, Abbildungen, Tabellen) beschreiben                  |
| Zusammenfassen                    | I – II     | wesentliche Aussagen strukturiert wiedergeben                                                                                                                    |
| Analysieren                       | II         | Unter gezielten Fragestellungen Ergebnisse darstellen                                                                                                            |
| Anwenden/<br>Übertragen           | II (- III) | einen bekannten Sachverhalt, eine bekannte Methode auf eine neue Problemstellung beziehen                                                                        |
| Erklären                          | II (- III) | ein Phänomen oder einen Sachverhalt auf Gesetzmäßigkeiten zurückführen                                                                                           |
| Vergleichen<br>/ Gegenüberstellen | II (- III) | nach vorgegebenen oder selbst gewählten Gesichtspunkten oder Kriterien Gemeinsamkeiten, Ähnlichkeiten und Unterschiede ermitteln und gegenüberstellen            |
| Auswerten                         | II (- III) | Arbeits- und Lernprozesse, Daten oder Einzelergebnisse in einer abschließenden Gesamtaussage zusammenfassen                                                      |
| Begründen                         | II – III   | einen angegebenen Sachverhalt auf Gesetzmäßigkeiten zurückführen bzw. hinsichtlich Ursachen u. Auswirkungen nachvollziehbar Zusammenhänge herstellen             |
| Beurteilen                        | III        | zu einem Sachverhalt ein selbstständiges Urteil unter Verwendung von Fachwissen und Fachmethoden auf Grund von ausgewiesenen Kriterien formulieren und begründen |

### **3. Schulinterner Lehrplan Sport für die Sekundarstufe II**

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan besitzt den Anspruch, sämtliche im Kernlehrplan angeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, alle je nach Profilierung geforderten Kompetenzerwartungen des Kernlehrplans bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Einführungsphase in mindestens drei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder mit den aufgeführten obligatorischen inhaltlichen Schwerpunkten entwickelt werden.“ (KLP S. 20)

In der Qualifikationsphase ist die Entwicklung eines Kursprofils verbindlich. Am HAG können die SuS im Vorfeld Wünsche abgeben, in welches Kursprofil sie sich einwählen möchten.

Der jeweils ausgewiesene Zeitbedarf versteht sich als grobe Orientierungsgröße, die nach Bedarf über- oder unterschritten werden kann. Um Spielraum für Vertiefungen, besondere Schülerinteressen, aktuelle Themen bzw. die Erfordernisse anderer besonderer Ereignisse (z.B. Praktika, Kursfahrten o.ä.) zu erhalten, werden im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

Im folgenden Kapitel wird zunächst die Strukturierung der Einführungsphase vorgestellt. Anschließend folgen die Grundkursprofile der Qualifikationsphase.

### 3.1 Unterrichtsvorhaben der Einführungsphase

| Halbjahr | Themen der Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                            | Bezug zu den IF                        | Bezug zu den BF               |
|----------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------|
| 1        | „Für einen Mehrkampf trainieren“ – Leichtathletische Disziplinen in ihrer Vielfalt erfahren – Wurf (z.B. Diskus/Speer) – Sprint (z.B. 100m/ Staffel) – Sprung (z.B. Hoch/Weit/Dreisprung) | SK: d.1 d.2/ a<br>MK: d/ a<br>UK: d/ a | BWK 3.1<br>BWK 3.2            |
|          | Spiele aus anderen Kulturen spielen und verstehen (z.B. Indica, Rugby, Ultimate)                                                                                                          | SK: e/ a<br>MK: e/ a<br>UK: e          | BWK 7.1<br>BWK 7.2            |
| 2        | „Fit auf die Piste!“- Selbständige Planung, Durchführung und Bewertung von Fitnessprogrammen als Vorbereitung auf eine Skifahrt in der Jahrgangstufe EF                                   | SK: f<br>MK: f<br>UK: f                | BWK 1.1<br>BWK 1.2            |
|          | Schülerzentrierte und kriteriengeleitete Erarbeitung, Übung und Anwendung sowohl technischer als auch individual- und gruppentaktischer Fähigkeiten im Basketballspiel.                   | SK: e/ a<br>MK: e/ a<br>UK: a          | BWK 7.1<br>BWK 7.2            |
|          | Gestaltung einer Gerätekombination in Kleingruppen unter besonderer Berücksichtigung turnerischer Fertigkeiten mit individueller Schwerpunktsetzung                                       | SK: b/ c<br>MK: b/ c<br>UK: b/ c       | BWK 5.1<br>BWK 5.2<br>BWK 5.3 |

### 3.1.1 Bewegungsspezifische Kompetenzerwartungen in der Einführungsphase

| Bewegungsfelder und Sportbereiche (1 - 9)                                    | Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Den Körper wahrnehmen und Bewegungs-fähigkeiten ausprägen (1)</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein Fitnessprogramm (z.B. Aerobic, Step-Aerobic, Circuit-Training) unter einer ausgewählten Zielrichtung (Steigerung von Kraft, Ausdauer oder Beweglichkeit) präsentieren.</li> <li>• unterschiedliche Dehnmethode n im Hinblick auf verschiedene sportliche Anforderungssituationen funktionsgerecht anwenden.</li> </ul>                                                                                                                                |
| <b>Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik (3)</b>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelte leichtathletische Disziplin in der Grobform ausführen (z.B. Diskuswurf, Speerwurf, Dreisprung, Hürdenlauf).</li> <li>• einen leichtathletischen Mehrkampf unter realistischer Einschätzung ihrer persönlichen Leistungsfähigkeit organisieren und durchführen.</li> </ul>                                                                                                                   |
| <b>Bewegen im Wasser – Schwimmen (4)</b>                                     | <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Schwimmdisziplin wettkampfgerecht unter Berücksichtigung der Atemtechnik einschließlich Start und Wende ausführen.</li> <li>• Spiel- und Gestaltungsformen im Wasser unter Berücksichtigung spezifischer Sicherheitsanforderungen gemeinschaftlich durchführen.</li> </ul>                                                                                                                                                                           |
| <b>Bewegen an Geräten – Turnen (5)</b>                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche turnerische Elemente an einem nicht schwerpunktmäßig in der Sekundarstufe I behandelten Gerät (z.B. Schwebelbalken, Schaukelringe) ausführen und miteinander kombinieren.</li> <li>• turnerische Bewegungsformen als selbstständig entwickelte Partner- oder Gruppengestaltung unter Berücksichtigung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.</li> <li>• Maßnahmen zum Helfen und Sichern situationsgerecht anwenden.</li> </ul> |
| <b>Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik / Tanz, Bewegungskünste (6)</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Komposition aus dem Bereich Tanz (z.B. Elementarer Tanz, Jazztanz, Volkstanz, Moderner Tanz, Gesellschafts- und Modetanz) unter Anwendung spezifischer Ausführungskriterien präsentieren.</li> <li>• ein (Hand-)Gerät / Objekt als Ausgangspunkt für eine Improvisation nutzen.</li> </ul>                                                                                                                                                           |
| <b>Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (7)</b>                  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• in einem Mannschaftsspiel oder Partnerspiel gruppen- und individualtaktische Lösungsmöglichkeiten für Spielsituationen in der Offensive und in der Defensive anwenden.</li> <li>• Spielregeln aufgrund von veränderten Rahmenbedingungen, unterschiedlichen Zielsetzungen sowie im Hinblick auf die Vermeidung von Verletzungsrisiken situativ anpassen und in ausgewählten Spielsituationen anwenden.</li> </ul>                                         |
| <b>Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport / Bootssport / Wintersport (8)</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihren körperlichen Einsatz individuell an die wechselnden spezifischen Anforderungen des Geräts und der Bewegungsumwelt anpassen.</li> <li>• in Bewegungssituationen sportartspezifische Gefahrenmomente einschätzen und ihr Bewegun gshandeln situationsangemessen und verantwortlich anpassen.</li> </ul>                                                                                                                                               |
| <b>Ring en und Kämpfen – Zweikampfsport (9)</b>                              | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Körper- und Kampftechniken im direkten Wechselspiel von Angreifen und Täuschen sowie Abwehren und Ausweichen kontrolliert unter wettkampfnahen Bedingungen anwenden.</li> <li>• in der kämpferischen Auseinandersetzung das eigene Verhalten und das Verhalten anderer hinsichtlich der Leistungsfähigkeit einschätzen</li> </ul>                                                                                                                         |

### 3.1.2 Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen in der Einführungsphase

| Inhaltsfelder a - f                                                                                  | <u>Sachkompetenz:</u>                                                                                                                                                                                                                                                           | <u>Methodenkompetenz:</u>                                                                                                                                                                                        | <u>Urteilskompetenz:</u>                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Bewegungsstruktur und Bewegungslernen (a)</b><br>Prinzipien und Konzepte des motorischen Lernens  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Lernwege (u.a. analytisch-synthetische Methode und Ganzheitsmethode) in der Bewegungslehre beschreiben.</li> </ul>                                                                                                    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Hilfen (z.B. Geländehilfen, Bildreihen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern von sportlichen Bewegungen zielgerichtet anwenden.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Lernwege im Hinblick auf die Zielbewegung qualitativ beurteilen.</li> </ul>                                                                                                     |
| <b>Bewegungsgestaltung (b)</b><br>Gestaltungskriterien                                               | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale von ausgewählten Gestaltungskriterien (u.a. Raum) erläutern.</li> </ul>                                                                                                                                                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufstellungsformen und Raumwege strukturiert schematisch darstellen.</li> </ul>                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Gruppenchoreographie anhand von zuvor entwickelten Kriterien bewerten.</li> </ul>                                                                                                                        |
| <b>Wagnis und Verantwortung (c)</b><br>Handlungssteuerung unter verschiedenen psychischen Einflüssen | <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst) auf das Gelingen sportlicher Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul>                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Anforderungssituationen auf verschiedene psychische Einflüsse angemessen reagieren.</li> </ul>                                                           | <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einfluss psychischer Faktoren (z.B. Freude, Frustration, Angst, Gruppendruck – auch geschlechtsspezifisch) auf das sportliche Handeln in unterschiedlichen Anforderungssituationen beurteilen.</li> </ul> |
| <b>Leistung (d)</b><br>Trainingsplanung und -organisation                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• allgemeine Gesetzmäßigkeiten von Ausdauertraining (Methoden, Prinzipien, Formen) erläutern,</li> <li>• unterschiedliche Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings erläutern.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• einen zeitlich begrenzten individuellen Trainingsplan zur Verbesserung der Ausdauer erstellen und dokumentieren (z.B. Lerntagebuch).</li> </ul>                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihren eigenen Trainingsfortschritt Kriterien geleitet beurteilen.</li> </ul>                                                                                                                                  |
| <b>Kooperation und Konkurrenz (e)</b><br>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten                | <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aspekte bei der Planung, Durchführung und Auswertung von sportlichen Handlungssituationen beschreiben.</li> </ul>                                                                                                         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf das spezifische Arrangement für ihren Sport verständigen (Aufgaben verteilen, Gruppen bilden, Spielsituationen selbstständig organisieren).</li> </ul>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung und Auswirkung von gruppenspezifischen Prozessen, auch aus geschlechterdifferenzierter Perspektive, und die damit verbundenen Chancen und Grenzen beurteilen.</li> </ul>                        |
| <b>Gesundheit (f)</b><br>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens                       | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf Gesundheit und Wohlbefinden (körperlich, psychisch und sozial) erläutern.</li> </ul>                                                                                                          | <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich selbstständig auf ihren Sport vorbereiten (Kleidung, Aufwärmen, Ernährung) und ihr Vorgehen dabei begründen.</li> </ul>                                            | <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Bedeutung des Zusammenhangs von Ernährung und Sport bezogen auf Gesundheit und Wohlbefinden beurteilen.</li> </ul>                                                                                        |

### 3.2 Unterrichtsvorhaben und Kursprofile in der Qualifikationsphase

Am HAG gibt es in der Oberstufe mehrere ausgearbeitete Profile, wobei auch weitere Profile denkbar wären, wenn Sportlehrkräfte in Absprache mit der Fachschaft die Entscheidung treffen, neue Bewegungsfelder anzubieten.

Dabei kann Sport als viertes Abiturfach gewählt werden. Das Kursprofil und die daraus entwickelten Zielsetzungen bilden die Grundlage für die Qualifikationsphase. Die konkrete Füllung kann auch im Rahmen kurzfristiger Unterrichtsvorbereitung in Zusammenarbeit mit den Schülerinnen und Schülern erfolgen.

Für die Erfüllung der Anforderungen bezüglich der Profilbildung sind dabei folgende Grundsätze zu berücksichtigen:

„Die Kompetenzen der Schülerinnen und Schüler sollen für die Qualifikationsphase in zwei Bewegungsfeldern und Sportbereichen unter Berücksichtigung aller Inhaltsfelder entwickelt werden.

Dabei müssen zwei Inhaltsfelder im Sinne einer Akzentuierung umfassend in allen inhaltlichen Schwerpunkten thematisiert werden. Aus den übrigen vier Inhaltsfeldern ist immer mindestens der erste Schwerpunkt mit den jeweils zugehörigen Kompetenzerwartungen zu berücksichtigen.“ (KLP S. 28)

Unter Berücksichtigung dieser Vorgaben ergeben sich folgende Kursprofile:

| Kurs | Kursprofile                                              |                                                                                                                         |                                |                                |
|------|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|
|      | BF/SB                                                    | BF/SB                                                                                                                   | Inhaltsfeld                    | Inhaltsfeld                    |
| 1    | Laufen, Springen, Werfen - Leichtathletik                | Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball oder Handball oder Basketball oder Badminton oder Volleyball) | d - Leistung                   | e - Kooperation und Konkurrenz |
| 2    | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste                                                         | b - Bewegungsgestaltung        | f - Gesundheit                 |
| 3    | Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen | Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele (Fußball oder Handball oder Basketball oder Badminton oder Volleyball) | e - Kooperation und Konkurrenz | f - Gesundheit                 |

### 3.2.1 Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Kursprofil 1a (LA und Fußball)

Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe
- Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:
  - Mannschaftsspiele (Fußball)
  - Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)

| Jgst. |    | Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                                                                         | Inhaltsfeld |
|-------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Q 1/1 | 1  | <b>Was kann ich? - Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche leichtathletische Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten                                       | d           |
|       | 2  | <b>Erfolgreich im Spiel</b> – Spielgemäße Entwicklung von grundlegenden Angriffsvarianten im Fußball zur Verbesserung der individualtaktischen und gruppentaktischen Spielfähigkeit                                         | e           |
|       | 3  | <b>Erweitern der Spielfähigkeit im Badminton</b> – Festigen der technischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten (Einzel und Doppel)                                                                                     | a           |
| Q 1/2 | 4  | <b>Fit und gesund durch Sport</b> – Verbessern konditioneller Eigenschaften und des Wohlbefindens durch Training                                                                                                            | f/d         |
|       | 5  | <b>Mit dem Doppelpass zum Torerfolg</b> – Weiterentwicklung von gruppentaktischen Angriffsmaßnahmen im Fußball unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten                                                        | c/e         |
|       | 6  | <b>Wie werde ich besser? - Auf dem Weg zur optimalen Leistung:</b> ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern | d           |
| Q 2/1 | 7  | <b>Die Ausdauer trainieren</b> – Trainingsmethoden und Grundlagen für ein fußballspezifisches Ausdauertraining und für eine langfristige Leistungssteigerung im Langlauf                                                    | f/d         |
|       | 8  | <b>Verbessern der Sprung-, Wurf- und Stoßkraft</b> - Krafttraining / Hochsprung, Kugelstoßen und Dreisprung                                                                                                                 | d/a/f       |
|       | 9  | <b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Erarbeiten einer ballorientierten Raumdeckung zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit im Fußball                                                                       | e/d         |
| Q 2/2 | 10 | <b>Die Prüfung kommt zum Schluss</b> – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung im Fußball mit dem Ziel der Leistungsmaximierung und Leistungsstabilisierung                                                    | e/d         |
|       | 11 | <b>Jetzt wird es ernst</b> - Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung in der Leichtathletik mit dem Ziel der Leistungsmaximierung und Leistungsstabilisierung                                                   | d/e         |
|       | 12 | alternativ: <b>Futsal / Fußballtennis</b> – Erprobung einer Sportspielvariante, um die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben zu festigen                                                                             | f/e/b       |

### 3.2.2 Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Kursprofil 1b (LA und Handball)

Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Leichtathletische Disziplinen unter Berücksichtigung von Lauf, Sprung, Wurf/ Stoß
- Formen ausdauernden Laufens (z.B. Jogging, Walking, Fahrtspiele, Orientierungslauf)
- Alternative leichtathletische Bewegungsformen oder Wettbewerbe
- Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:
  - Mannschaftsspiele (Handball)
  - Partnerspiele - Einzel und Doppel (Spikeball)

| Jgst. | Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Inhaltsfeld                          |
|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|
| Q1/1  | 1. <b>Was kann ich? – Stärken und Schwächen erkennen</b> – In Gruppen unterschiedliche <b>leichtathletische</b> Disziplinen erproben und im Hinblick auf die eigene Leistungsfähigkeit bewerten (Wurfdisziplinen)<br>2. <b>Erfolgreich im Spiel</b> – Spielgemäße Entwicklung von grundlegenden Techniken im <b>Handball</b> zur Verbesserung der individualtaktischen und gruppentaktischen Spielfähigkeit<br>3. Die <b>Ausdauer trainieren</b> – Trainingsmethoden und Grundlagen für ein <b>handballspezifisches</b> Ausdauertraining und für langfristige Leistungssteigerung im <b>Langlauf (5km)</b>     | d<br><br>e<br><br>f/d                |
| Q1/2  | 1. <b>Wie werde ich besser?</b> – Auf dem Weg zur optimalen Leistung: ausgewählte leichtathletische Disziplinen im Hinblick auf konditionelle und koordinative Anforderungen analysieren und die Leistungsfähigkeit verbessern (Hürdenlauf)<br>2. <i>Erweitern der Spielfähigkeit im <b>Spikeball</b> – Festigen der technischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten</i><br>3. <b>Mit Schnelligkeit zum Torerfolg</b> – Weiterentwicklung von taktischen Angriffsmaßnahmen im <b>Handball</b> unter besonderer Berücksichtigung der differenzierten Auseinandersetzung mit den Begriffen Wagnis und Risiko | d<br><br>a<br><br>c/e                |
| Q2/1  | 1. <b>Fit und gesund durch Sport</b> – Verbessern <b>konditioneller Eigenschaften</b> und des Wohlbefindens durch Training<br>2. Entwicklung und Erprobung eines alternativen <b>Hochsprungmehrkampfs</b> in Verbindung mit einem prinzipiengeleiteten <b>Krafttraining</b> zur Verbesserung der Sprungkraft<br>3. <b>Als Mannschaft zum Erfolg</b> – Erarbeiten einer ballorientierten Raumdeckung zur Verbesserung der mannschaftstaktischen Spielfähigkeit im <b>Handball</b><br>4. Musik und Rhythmus in Bewegung setzen – Erstellen einer Gruppenchoreografie z. B. im <b>Jumpstyle</b>                   | f/d<br><br>d/a/f<br><br>e/d<br><br>b |
| Q2/2  | 1. Erweitern der Spielfähigkeit im <b>Spikeball</b> – Spielanalyse und selbständige Gestaltung von Übungsprozessen<br>2. <b>Die Prüfung kommt zum Schluss</b> – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung im <b>Handball</b> mit dem Ziel der Leistungsmaximierung und Leistungsstabilisierung<br>3. <b>Jetzt wird es ernst</b> – Individuelle Vorbereitung auf die praktische Prüfung in der <b>Leichtathletik</b> mit dem Ziel der Leistungsmaximierung und -stabilisierung                                                                                                                       | a/e<br><br>e/d<br><br>d/e            |

### 3.2.3 Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Kursprofil 2 (Fitness und Tanz)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Gestalten, Tanzen, Darstellen - Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste**“ muss keine Akzentuierung erfolgen, da alle inhaltlichen Kerne obligatorisch sind.

| Jgst. |   | Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Inhaltsfeld |
|-------|---|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Q 1/1 | 1 | „Alles im grünen Bereich“ – Grundlagen des <b>Ausdauertrainings</b> erfahren, verstehen und anwenden (Formen der Ausdauer, Auswirkungen eines Ausdauertrainings, Trainingsprinzipien und -methoden zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. Laufen, Schwimmen und Rad fahren) und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.                                                                                                                 | d, f        |
|       | 2 | Erarbeitung und Erweiterung einer Gruppenchoreografie mit Hilfe grundlegender Elemente und Techniken zeitgemäßer Tanzstile (z.B. <b>Hip Hop</b> , Jazz Dance) unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien (Raum, Zeit, Dynamik) und der Ausführungskriterien                                                                                                                                                                                                  | b           |
|       | 3 | „Vom Federball zum <b>Badminton</b> “ – Vom Miteinander zum Gegeneinander unter besonderer Berücksichtigung individueller Verbesserung grundlegender Techniken (Aufschlag, Unterhand-Clear, Überkopf-Clear, Drop, Smash) sowie der Erarbeitung und Anwendung der Phasen- (Meinel) und Funktionsanalyse (Göhner)                                                                                                                                                              | d, e        |
| Q 1/2 | 4 | Vorbereitung und Präsentation einer Einzel- und Partnerimprovisation durch die progressive und selbständige Erarbeitung verschiedener tänzerischer Interpretationen von diversen <b>Improvisationsanlässen</b> (Gefühle, Bilder, Texte oder Themen) ohne und mit Einbindung von Alltagsgegenständen oder Materialien unter besonderer Berücksichtigung der Gestaltungskriterien, des körperlichen Ausdrucks (Mimik, Körpersprache, Partnerbezug) und methodischer Prinzipien | b, c        |
|       | 5 | „So werde ich stark!“ – Erarbeitung, Erprobung und Reflexion von verschiedenen <b>Kräftigungs- und Dehnübungen</b> zur Stärkung der Muskulatur und zum Abbau muskulärer Dysbalancen (Muskelaufbau, Arbeitsweisen, Trainingsmethoden und -prinzipien)                                                                                                                                                                                                                         | f           |
|       | 6 | „Wie bei Olympia!“ - Hinführung zur rhythmische <b>Sportgymnastik</b> durch die Erprobung technischer und tänzerischer Elemente im normgebundenen und normungebundenen Umgang mit Reifen, Ball, Keule und Band mit und ohne Musik                                                                                                                                                                                                                                            | b           |
| Q 2/1 | 7 | „Auf die Taktik kommt es an?“ – Erarbeitung und Vermittlung der Bedeutung des leistungsbestimmenden Faktors Taktik im wettkampforientierten <b>Badmintondoppel</b> sowie der sportartspezifischer Koordinationsanforderungen (Spielsysteme, Angriff- und Verteidigungsstellungen, Regelwerk, KAR-Modell)                                                                                                                                                                     | a, f        |

|       |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |         |
|-------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|       | 8  | „Wir wollen fitter werden!“ - Ganzheitliches Fitnesstraining am Beispiel der Trendsportart <b>CrossFit</b> unter besonderer Berücksichtigung des CrossFit-Trainingsprinzips constantly varied, high-intensity, functional movements, der gegenseitigen Korrektur sowie Besprechung der Gesundheitsmodelle (Salutogenese- und Pathogenese-Modell) | d, e, f |
|       | 9  | „Schnell, schneller, am schnellsten“ – Erprobung vorgegebener und Erfindung eigener Tricks und Schritte im <b>Rope Skipping</b> oder <b>Jump-Style</b> unter besonderer Berücksichtigung der Phasen des motorischen Lernens, verschiedener Formen des Bewegungslernens und der Wahrnehmung                                                       | a, b    |
| Q 2/2 | 10 | „Stress und Anspannung effektiv lösen“ – Entwicklung verschiedener psychoregenerativer Verfahren zur <b>Entspannung</b> und Auswertung dieser Verfahren in Bezug auf das individuelle Wohlbefinden                                                                                                                                               | f       |
|       | 11 | „Tanz dich fit“ – Einführung in verschiedene Formen der <b>Fitnessgymnastik</b> wie z.B. Zumba, Aerobic, Step-Aerobic zur Nutzung ihrer gesundheitlichen Wirkung sowie zur Erweiterung der Ausdrucks- und Rhythmusfähigkeit                                                                                                                      | b, f    |

### 3.2.4 Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Kursprofil 3a (Fitness und Basketball)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung
- Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:
  - Mannschaftsspiele (Basketball)
  - Alternative Spiele und Sportspiel-Varianten (Street-Variationen)

| Jgst. |    | Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Inhaltsfeld |
|-------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Q 1/1 | 1  | <b>Alles im grünen Bereich</b> – Trainingsprinzipien zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. laufen und Rad fahren) anwenden und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.                                                                                                                            | d, f        |
|       | 2  | <b>Lernwerkstatt Basketball</b> – Entwicklung von Spiel- und Übungsformen zur Verbesserung der Basketballtechniken                                                                                                                                                                                                                      | b           |
| Q 1/2 | 3  | „So werde ich stark!“ – Erarbeitung, Erprobung und Reflexion von verschiedenen <b>Kräftigungs- und Dehnübungen</b> zur Stärkung der Muskulatur und zum Abbau muskulärer Dysbalancen (Muskelaufbau, Arbeitsweisen, Trainingsmethoden und -prinzipien)                                                                                    | f           |
|       | 4  | <b>Make it take it</b> – Entwicklung gruppentaktischer Maßnahmen im Streetball (Give and Go, Pick and Roll, Cut and Fill) als Vorbereitung auf taktische Maßnahmen im Regelspiel 5:5                                                                                                                                                    | e           |
|       | 5  | <b>BallKoRobics – Basketball mal anders</b> – Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen | b           |
| Q 2/1 | 6  | <b>Wenn schon „Muckibude“ – dann aber richtig</b> – Möglichkeiten eines Konzepts ganzheitlicher Körperkräftigung und Beweglichkeit durch gezielten Geräteeinsatz bewusst für sich selbst nutzen                                                                                                                                         | f           |
|       | 7  | <b>Ich hör auf mein Herz</b> – Schritte auf, über und um den Stepper in Verbindung mit Armbewegungen zum individualisierten Training von Ausdauer und Koordination verbinden                                                                                                                                                            | d, f        |
|       | 8  | <b>Der Druck des Publikums</b> – Selbständige Organisation des Technik- und Taktiktrainings unter Berücksichtigung individueller Leistungsunterschiede im Basketballspiel und ausgewählter mannschaftstaktischer Systeme als Simulation der Abiturprüfung                                                                               | e/d         |
| Q 2/2 | 9  | <b>Stress und Anspannung effektiv lösen</b> – Prinzipien der progressiven Muskelentspannung nach Jacobson zur Harmonisierung von Körper und Psyche nutzen → in Verbindung mit dem UV 12                                                                                                                                                 | f           |
|       | 10 | <b>„Schau dir das an!“</b> – Einsatz von videogestützten Spielanalysen für die Verbesserung der technischen und taktischen Spielhandlungen im Basketball als Vorbereitung auf die Abiturprüfung                                                                                                                                         | a           |

|  |    |                                                                                                                                    |                  |
|--|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
|  | 11 | <b>Tanz dich fit</b> – neue Fitnesstrends wie z.B. Zumba in ihrer gesundheitlichen Wirkung nutzen<br>→ in Verbindung mit dem UV 10 | ..<br>b, f<br>.. |
|--|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|

### 3.2.5 Übersicht der Unterrichtsvorhaben im Kursprofil 3b (Fitness und Badminton)

Im Bewegungsfeld/Sportbereich „**Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Formen der Fitnessgymnastik
- Aerobe Ausdauerfähigkeit in unterschiedlichen Bewegungsbereichen
- Funktionales Muskeltraining ohne Geräte, mit einfachen Geräten und mit speziellen Fitnessgeräten zur Harmonisierung des Körperbaus und zur Haltungsschulung
- Funktionelle Dehnübungen und unterschiedliche Dehnmethoden
- psychoregulative Verfahren zur Entspannung

Im Bewegungsfeld/ Sportbereich „**Spiele in und mit Regelstrukturen – Sportspiele**“ wird unter Berücksichtigung der verbindlichen inhaltlichen Kerne folgende Akzentuierung vorgenommen:

- Partnerspiele - Einzel und Doppel (Badminton)
- Alternative Spiel und Sportspiel-Varianten

| Jgst. |   | Unterrichtsvorhaben                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Inhaltsfeld |
|-------|---|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| Q 1/1 | 1 | „Alles im grünen Bereich“ – Grundlagen des <b>Ausdauertrainings</b> erfahren, verstehen und anwenden (Formen der Ausdauer, Auswirkungen eines Ausdauertrainings, Trainingsprinzipien und -methoden zur Optimierung der aeroben Ausdauer (z.B. Laufen, Schwimmen und Rad fahren) und vor dem Hintergrund der eigenen Trainingsgestaltung/Belastung erläutern.              | d, f        |
|       | 2 | Lernwerkstatt <b>Badminton</b> – Spiel und Übungsformen zur Verbesserung der Badminton-Techniken unter besonderer Berücksichtigung individueller Verbesserung grundlegender Techniken (Aufschlag, Unterhand-Clear, Überkopf-Clear, Drop, Smash) sowie der Erarbeitung und Anwendung der Phasen- (Meinel) und Funktionsanalyse (Göhner) // Modelle des motorischen Lernens | a           |
|       | 3 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |             |
| Q 1/2 | 4 | <b>American Sports</b> – Einführung in eine ausgewählte US-Sportart unter dem Schwerpunkt der Auseinandersetzung mit Spielidee und Regelwerk                                                                                                                                                                                                                              | e           |
|       | 5 | „Auf die Taktik kommt es an?“ – Erarbeitung und Vermittlung der Bedeutung des leistungsbestimmenden Faktors Taktik im wettkampforientierten <b>Badmintoneinzel und -doppel</b> sowie der sportartspezifischer Koordinationsanforderungen (Spielsysteme, Angriff- und Verteidigungsstellungen, Regelwerk, KAR-Modell)                                                      | d, e        |
|       | 6 | „So werde ich stark!“ – Erarbeitung, Erprobung und Reflexion von verschiedenen <b>Kräftigungs- und Dehnübungen</b> zur Stärkung der Muskulatur und zum Abbau muskulärer Dysbalancen (Muskelaufbau, Arbeitsweisen, Trainingsmethoden und -prinzipien)                                                                                                                      |             |
| Q 2/1 | 7 | <b>BallKoRobics – Basketball mal anders</b> – Präsentation und Beurteilung einer BallKoRobics-Choreographie unter besonderer Berücksichtigung des Gestaltungskriteriums Raum sowie ausgewählter Ausführungskriterien im Hinblick auf die gestalterische Umsetzung verschiedener Aerobic-Schritte in Kombination mit Arm-Ball-Bewegungen                                   | b           |
|       | 8 | „Wir wollen fitter werden!“ - Ganzheitliches Fitnesstraining am Beispiel der Trendsportart <b>CrossFit</b> unter besonderer Berücksichtigung des CrossFit-Trainingsprinzips constantly varied, high-intensity, functional movements, der gegenseitigen Korrektur sowie Besprechung der Gesundheitsmodelle (Salutogenese- und Pathogenese-Modell)                          | d, e, f     |
|       | 9 | <b>Crossminton</b> – ein alternatives Rückschlagspiel                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | e           |

|       |    |                                                                                                                                                                                                  |      |
|-------|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Q 2/2 | 10 | <b>Schau dir das an!</b> – Einsatz von videogestützten Spielanalysen für die Verbesserung der technischen und taktischen Spielhandlungen im Badminton als Vorbereitung auf die Abiturprüfung     | a, d |
|       | 11 | Stress und Anspannung effektiv lösen – Entwicklung verschiedener psychoregenerativer Verfahren zur <b>Entspannung</b> und Auswertung dieser Verfahren in Bezug auf das individuelle Wohlbefinden | b, f |

## 4. Konzept zur individuellen Förderung

Auf der verbindlichen Rechtsgrundlage des Schulgesetzes des Landes (§ 1) entscheidet die Fachkonferenz:

### 4.1 Grundsätze zur individuellen Förderung

Die Fachkonferenz des HAG beschließt organisatorische und methodische Möglichkeiten, die dann eingesetzt werden, wenn herausragende Begabungen und Stärken oder aber typische Lernschwierigkeiten oder Verhaltensauffälligkeiten (*spezifische Ängste, Aggressionen, physische oder psychosoziale Defizite*) im Sport auftreten:

- Maßnahmen zur äußeren Differenzierung (3.2)
- fakultative oder verbindliche binnendifferenzierende Maßnahmen
- bei beobachtbaren Lernhemmnissen und Konflikten greift das Beratungskonzept durch Experten, die Streitschlichter oder besondere Fördergruppen, die z.B. durch die SH betreut werden
- bei vorhandenen besonderen Begabungen und Stärken werden Einsatz in Vereinen, Schulmannschaften, Helfersystemen oder Arbeitsgemeinschaften empfohlen

### 4.2 Maßnahmen äußerer Differenzierung

Es werden folgende Vereinbarungen zur äußeren Differenzierung getroffen:

- in der Sek. II werden vielfältige unterschiedliche Profilkurse, die die SuS wählen können, als Maßnahme zur Individualisierung durch äußere Differenzierung angeboten.
- Fördergruppen im AG- oder Schulmannschaftsbereich für begabte und besonders interessierte Schülerinnen und Schüler werden in Absprache mit den Verantwortlichen des Nachmittagsbereichs („13 Plus“) eingerichtet. Die Sporthelferinnen und -helfer werden in die Arbeit integriert.
- besonders begabte SuS werden nach Rücksprache für die Betreuung von Schulsportmannschaften eingesetzt.

### 4.3 Maßnahmen zur Gestaltung individualisierten Lernens

In den einzelnen Lerngruppen werden **Diagnoseverfahren** zur professionalisierten Ermittlung der unterrichtlichen Voraussetzungen für den Sportunterricht überhaupt oder als Lernausgangslage für spezielle Unterrichtsvorhaben angewendet, z.B.:

#### Physisch/motorische Tests

- zur Fitness (*Ausdauer, Kraftausdauer, Beweglichkeit, evtl. Haltung ...*) den Dortmunder Fitnesstest und FOSS-Test
- ein Screening zur aeroben allgemeinen Ausdauerleistungsfähigkeit aller SuS vor den entsprechenden UV zum Ausdauertraining
- Test zur Selbst- und Fremdwahrnehmung
- zur Technik/Taktik durch Beobachtung, Videoanalyse, Fremd- und Selbsteinschätzungsbögen (Feedback-Bögen, Lerntagebücher)

**Diagnostische Maßnahmen** zur Ermittlung von besonderen lernfördernden oder lernhindernden Faktoren (Ängste, kooperative Fähigkeiten, Selbstwirksamkeitserwartung, Konzentrationsfähigkeit und Beharrlichkeit, Motivation ...), die eine wesentliche Grundlage für die individuelle Lernberatung bilden. (Natürlich muss diese Form der Diagnostik nicht immer für alle SuS durchgeführt werden, sondern sollte dann eingesetzt werden, wenn Beobachtungen, oder die Diagnose des Lernstandes (s.o) besondere Stärken oder Defizite Einzelner offenbaren und spezifischen individualisierten Handlungsbedarf erfordern.)

#### 4.4 Anlassbezogene individuelle Förderung

Für den Fall besondere Ereignisse, die den normalen Lernfortschritt Einzelner unterbrechen (z. B. *längerfristige Erkrankung, Verletzungen, massiver Leistungseinbruch ...*) plant und beschließt die FAKO geeignete Verfahrensweisen:

- verbindliche Aufgabenstellungen für nicht „aktiv“ am Unterricht teilnehmende SuS sein (Protokollführung, Beobachtungsaufgaben, diagnostische Fremdeinschätzung nach klaren Kriterien, vorbereitende Theorieelemente...)
- die Organisation von Helfersystemen durch Mitschüler („Lerntandem“) zur „Wiedereingliederung“ nach Krankheit, Verletzung oder Leistungseinbruch.
- die Durchführung von teilgruppen-, jahgangsstufen- oder klassenbezogene Maßnahmen zur Durchführung besonderer Schwerpunktsetzungen (Förderung der Schwimmfähigkeit, der Ausdauerleistungsfähigkeit...)

#### **4.4.1 „Jedes Kind soll schwimmen lernen und schwimmen können“**

Die Fachschaft des HAG entwickelt folgende verbindliche Absprachen zum „Schwimmen lernen und schwimmen können“:

Die Fachkonferenz setzt die Schwimmfähigkeit bei der Anmeldung der SuS zur Klasse fünf voraus; ist diese nicht gegeben, so verpflichten sich die Eltern, die Schwimmfähigkeit des Kindes unverzüglich zu gewährleisten, indem sie geeignete außerunterrichtliche Maßnahmen zu initiieren. Sie führt zudem zu Beginn der Jahrgangsstufen 5 eine Befragung zur Schwimmfähigkeit der Schülerinnen und Schüler durch mit dem Ziel, den Unterricht an den aktuellen Leistungsstand der Schülerinnen und Schüler anzupassen. NichtschwimmerInnen wird die Möglichkeit eingeräumt an der Schwimm-AG (13+ Programm) teilzunehmen und dort das Seepferdchen zu erwerben. Für die Zusammenarbeit mit SuS und Eltern, wie sie für individualisiertes und möglichst selbstgesteuertes Lernen wünschenswert ist, muss eine größtmögliche Transparenz und Offenheit gewährleistet sein. Dies geschieht schwerpunktmäßig durch die Teilnahme von Eltern- und Schülervertretern bei den Fachkonferenzsitzungen.

## 5. Leistung und ihre Bewertung – Leistungskonzept

Die Fachkonferenz des Hannah-Arendt-Gymnasiums Lengerich vereinbart ein Konzept zur Leistungsbewertung auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport NRW, in welchem festgelegt ist, welche Grundsätze und Formen der Leistungsmessung und Leistungsbewertung verbindlich in den jeweiligen Jahrgangsstufen gelten bzw. zu erbringen sind. Sie stellt dadurch die Vergleichbarkeit der Anforderungen innerhalb einzelner Jahrgangsstufen und Schulstufen sicher.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen, an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen und jeweils ausgewiesenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens. Die Leistungsbeurteilung berücksichtigt die Stimmigkeit von Lernerfolgsüberprüfungen im Gesamtzusammenhang des Kernlehrplans Sport. Sie orientiert sich am spezifischen Lernvermögen und an den im Lehrplan beschriebenen Kompetenzerwartungen, wobei neben den Ergebnissen auch die Prozesse selbst einzubeziehen sind.

### 5.1 Grundsätze der Leistungsbewertung in der Sek I

Folgende Grundsätze zur Leistungsbewertung im Fach Sport der Sek. I werden von der Fachkonferenz Sport am Hannah-Arendt-Gymnasium Lengerich verbindlich festgelegt:

- **Bewertung auf der Grundlage der Bewegungsfelder**

Leistungsbewertung im Laufe der Sekundarstufe I bezieht sich auf alle Bewegungsfelder. Es wird sichergestellt, dass sich die Leistungsbewertung entsprechend der geplanten Schwerpunkte der Kompetenzerwartungen verhält, eine Beschränkung auf einzelne Bewegungsfelder und Kompetenzerwartungen ist nicht erlaubt.

- **Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

Der Sportunterricht in der Sekundarstufe I ist einem Unterrichtsprinzip der reflektierten Praxis verpflichtet. Deshalb ist der Bereich Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz jeweils Ausgangspunkt für die Entfaltung der Sach-, Methoden- und Urteilskompetenz.

Die Leistungsbewertung im Fach Sport bezieht sich auf alle Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport:

- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Sachkompetenz*
- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Methodenkompetenz*
- Das Einbringen von *Leistungen im Bereich der Urteilskompetenz*

- **Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt, wobei die Angemessenheit und der Anteil an der Bewertung vom Anteil und von der jeweiligen Bedeutung innerhalb eines Unterrichtsvorhabens abhängen.

Leistungen im Bereich sportbezogenen personalen und sozialen Verhaltens beziehen sich immer auf Kriterien, die im Unterricht erarbeitet und eingeübt werden können. Die bloße Auflistung von Beurteilungsaspekten reicht nicht aus, um sportbezogenes Verhalten angemessen zu beurteilen.

- *Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen*
- *Anstrengungsbereitschaft*
- *Selbstständigkeit*
- *Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit*

- **Bewertung vor dem Hintergrund individuellen Leistungsvermögens**

Die Leistungsbewertung zielt darauf ab, Schülerinnen und Schüler individuelle Rückmeldungen über ihren Leistungsstand zu ermöglichen und sie vor dem Hintergrund ihres Leistungsvermögens individuell zu fördern und zu stärken. Sie ist damit einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet, das das individuelle Leistungsvermögen sowie den individuellen Lernfortschritt in der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

## **5.2 Grundsätze der Leistungsbewertung in der Sek II**

Auf der Grundlage von § 48 SchulG, § 13 APO-GOST sowie Kapitel 3 des Kernlehrplans Sport hat die Fachkonferenz im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen. Die nachfolgenden Absprachen stellen die Minimalanforderungen an das lerngruppenübergreifende gemeinsame Handeln der Fachgruppenmitglieder dar. Bezogen auf die einzelne Lerngruppe kommen ergänzend weitere der in den Folgeabschnitten genannten Instrumente der Leistungsüberprüfung zum Einsatz.

Über die von der Fachkonferenz getroffenen Vereinbarungen zur Leistungsbewertung in der Sekundarstufe I hinaus trifft die Fachkonferenz für die S II folgende Entscheidungen. Das Fach Sport ist am HAG als 4. Fach der Abiturprüfung wählbar. Alle Sportkurse in der Einführungsphase bieten für die Schülerinnen und Schüler die Möglichkeit sowohl im ersten Halbjahr als auch im zweiten Halbjahr eine materialgebundene Klausur zu schreiben.

Für diejenigen Schülerinnen und Schüler, die eine 4.-Fach-Prüfung anstreben, wird in einem Halbjahr der Qualifikationsphase eine Klausur durch eine fachpraktische Prüfung ersetzt.

Weiterhin strebt die Fachkonferenz unabhängig von den Kursprofilen eine Vergleichbarkeit der Leistungen an. Dazu werden folgende Vereinbarungen getroffen:

### **5.2.1 Absprachen zur Vergleichbarkeit der Anforderungen in der Leistungsbewertung**

- A. Generelle Absprachen zur Leistungsbewertung, die unabhängig vom Bewegungsfeld und den jeweiligen Inhaltsfeldern getroffen werden können: Bewertet wird, wie der Schüler und die Schülerin
  - 1. Sein/ ihr Bewegungskönnen zeigt (u. a. technisches, taktisches, konditionelles, kreativ-gestalterisches Können),
  - 2. sich auf Unterrichtssituationen einlässt,
  - 3. Beiträge zur gemeinsamen Planung und Gestaltung von Lern-, Übungs-, Spiel- und Wettkampfsituationen einbringt,
  - 4. Erfahrungen, Kenntnisse strukturiert wiedergibt,
  - 5. Zusammenhänge sachgerecht und kritisch reflektiert erläutern kann,
  - 6. motorische Grundeigenschaften funktionell erweitert hat,
  - 7. sportliches Können weiterentwickeln kann und
  - 8. sportliches Handeln zusammen mit anderen regeln kann
- B. Verbindliche und mögliche Absprachen über Lernerfolgskontrollen im Bereich „Sonstige Mitarbeit“:
  - 1. Sportmotorische Leistungen in den Bewegungsfeldern/Sportbereichen werden quantitativ und qualitativ bewertet.
  - 2. Die einem Bewegungsfeld/Sportbereich zugehörigen konditionellen und koordinativen Fähigkeiten müssen in die Bewertung einbezogen werden.

3. Überprüft und bewertet werden Lernerfolge hinsichtlich fachspezifisch wichtiger Schlüsselqualifikationen (Beharrlichkeit, Leistungsbereitschaft, Kreativität, etc.).
4. Überprüft und bewertet werden fachliche Kenntnisse und methodische Fähigkeiten.

### **5.3 Formen der Leistungsbewertung**

Die Fachschaft vereinbart einen Minimalkonsens über verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (*allein und/oder in der Gruppe*) auf alle drei Kompetenzbereiche gemäß dem Kernlehrplan Sport.

#### **5.3.1 Prozessbezogene, unterrichtsbegleitende Lernerfolgsüberprüfung**

Sie erwachsen aus dem konkreten Unterrichtsgeschehen auf der Grundlage zuvor festgelegter, der Lerngruppe bekannter Kriterien. Sie stellen in besonderer Weise ein geeignetes Instrument zur individuellen Rückmeldung für das Erreichen von Lernzielen im Unterricht dar. Deshalb ist eine möglichst zeitnahe Rückmeldung zur erbrachten Leistung erforderlich. Darüber hinaus ermöglichen prozessbezogene Lernerfolgsüberprüfungen in Form von Langzeitbeobachtungen, Lernleistungen in ihrer Stetigkeit einzuschätzen und durch deren langfristige Begleitung und Unterstützung kontinuierlich zu entwickeln. Das gilt vor allem für den Bereich von Verhaltensdispositionen im Sport, die sich in partnerschaftlichem fairem, kooperativen sowie tolerantem Verhalten zeigen. Die unterrichtsbegleitenden, prozessbezogenen Lernerfolgsüberprüfungen beziehen sich z.B. auf folgende Formen:

- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Mitgestaltung von Unterrichtssituationen
- Helfen und Sichern, Geräteaufbau und -abbau, Schiedsrichter- und Kampfrichteraufgaben
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Anstrengungsbereitschaft, Willenskraft, Kooperations- und Teamfähigkeit, Leistungsbereitschaft
- Beiträge (mündlich): Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch ...

#### **5.3.2 Produktbezogene, punktuelle Lernerfolgsüberprüfung**

Sie setzen voraus, dass die Schülerinnen und Schüler mit den an sie gestellten Anforderungen aus dem Unterricht vertraut sind und dass hinreichend Gelegenheit zum Üben und Festigen des Erlernten im Unterricht bestand. Die Fachschaft Sport verständigt sich darüber, dass dies im Klassenbuch sorgfältig dokumentiert wird. Die punktuellen Lernerfolgsüberprüfungen (*allein und/oder in der Gruppe*) beziehen sich z.B. auf folgende Formen:

- Demonstration von Bewegungshandeln, Präsentationen technisch-koordinativer Fertigkeiten, taktisch-kognitiver sowie ästhetisch-gestalterischer Fähigkeiten
- Fitness-/ Ausdauerleistungstests
- Qualifikationsnachweise: Schwimmbabzeichen, Sportabzeichen
- Wettkämpfe: Mehrkämpfe, Turniere
- selbstständiges Planen und Gestalten von Auf- und Abwärmprozessen
- Selbst- und Fremdbeobachtung in sportlichen Handlungssituationen
- Schriftliche Beiträge zum Unterricht, z. B. Übungen, Skizzen, Plakate, Tabellen, Kurzreferate, Stundenprotokolle, Übungs- oder Trainingsprotokolle, Lerntagebücher, Portfolios
- Mündliche Beiträge zum Unterricht: z. B. Lösung von Aufgaben in Einzel-, Partner- und Gruppenarbeit, Beiträge zum Unterrichtsgespräch ...

#### **5.4 Leistungsanforderungen - Kriterien zur Leistungsbewertung**

Die Fachkonferenz Sport legt Kriterien (L 1 – L 17) für gute und ausreichende Leistungen in den Jahrgangsstufen 5 und 6 sowie 7 bis 10 fest (siehe Anhang). Dabei berücksichtigt sie die im Kernlehrplan formulierten Leistungsanforderungen sowie beobachtbares Verhalten, das in allen Bewegungsfeldern übergreifend erkennbar ist.

Die Fachkonferenz vereinbart Mindestanforderungen für alle durch die Fachkonferenz im Rahmen der Obligatorik vereinbarten Unterrichtsvorhaben (siehe auch Rückseite der Unterrichtsvorhaben - Karten), die sie der Lerngruppe jeweils zu Beginn eines UVs vorstellt. Die vereinbarten Leistungsanforderungen der Unterrichtsvorhaben werden für die jeweiligen UV festgelegt und durch entsprechende bewegungsfeldbezogene Kriterien von der Lehrkraft konkretisiert.

## 5.4.1 Anforderungen am Ende der Jahrgangsstufe 6 - Übersicht

| Gute Leistungen<br>Ende 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Leistungsanforderungen                                                              | Ausreichende Leistungen<br>Ende 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sachkompetenz...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in grundlegenden sportlichen Handlungssituationen über insgesamt - den Anforderungen voll entsprechende - physische Leistungsvoraussetzungen zur angemessenen Bewältigung der Bewegungsaufgaben und dazu notwendiger konditioneller Fähigkeiten.                                                                      | psycho-physisch<br>(6 L 1)                                                          | Schülerinnen und Schüler verfügen insgesamt über physische Leistungsvoraussetzungen, die bereits altersbezogene Defizite aufweisen, die insgesamt aber noch grundlegendes sportliches Handeln ermöglichen; Einsicht und Wille zur Leistungsverbesserung sind vorhanden.                                                                |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende technisch- koordinative Fähigkeiten in nahezu allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, - fluss, -dynamik, -rhythmus); der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auch bei kleinen Fehlern nicht beeinträchtigt.                                                 | technisch-koordinativ<br>(6 L 2)                                                    | Schülerinnen und Schüler verfügen über mäßig ausgeprägte technisch- koordinative Fähigkeiten (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen zum Teil nicht mehr entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern etwas beeinträchtigt.                            |
| Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlicher Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen unter Berücksichtigung der Beurteilungskriterien taktisch-kognitiv situativ angemessen.                                                                                                                                  | taktisch-kognitiv<br>(6 L 3)                                                        | Schülerinnen und Schüler verhalten sich in sportlicher Handlungssituationen sowie grundlegenden Spielhandlungen situativ wenig angemessen; einfache Handlungssituationen können selten taktisch-kognitiv angemessen bewältigt werden.                                                                                                  |
| Schülerinnen und Schüler bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu geforderte Gestaltungs- und Ausführungskriterien jeweils situativ angemessen.                                                                                                                               | ästhetisch-gestalterisch<br>(6 L 4)                                                 | Schülerinnen und Schüler bewältigen ästhetisch-gestalterische Grundanforderungen selten entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu nur zum Teil die geforderten Gestaltungs- und Ausführungskriterien.                                                                                                                 |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können diese vor dem Hintergrund erlebter Praxis an ausgewählten Beispielen reflektiert anwenden und nutzen. Sie können jederzeit über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen situativ angemessen reflektieren. | Fachliche Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln (6 L 5)                        | Schülerinnen und Schüler weisen bei den grundlegenden Kenntnissen zum eigenen sportlichen Handeln in Teilbereichen Lücken auf und verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen wenig sachgerecht reflektieren. |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext. Sie verfügen über differenzierte und vertiefte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern und können diese beim Mit- und Gegeneinander stets sozialadäquat und teamorientiert anwenden.                                 | Fachliche Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext (6 L 6)            | Schülerinnen und Schüler weisen bei den grundlegenden Kenntnissen zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext in Teilbereichen Defizite auf. Sie verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern und können ihre Kenntnisse beim Mit- und Gegeneinander nicht sozialadäquat anwenden.     |
| ---                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Fachliche Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit (6 L 7) | ---                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Methodenkompetenz...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Schülerinnen und Schüler wenden grundlegende Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens selbstständig und eigenverantwortlich an und nutzen die Kenntnisse hierfür situationsangemessen in anderen Sachzusammenhängen.                                                                                                            | Methodisch-strategische Verfahren anwenden<br>(6 L 8)                               | Schülerinnen und Schüler wenden grundlegende Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens rudimentär und mit starker Unterstützung an. Sie können ihre schwach ausgeprägte Methodenkompetenz nicht immer situationsangemessen auf andere Sachverhalte übertragen.                                                  |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über grundlegende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ beim gemeinsamen Sporttreiben.                                                                                                                                   | Sozial-kommunikative Verfahren anwenden<br>(6 L 9)                                  | Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln nur über unzureichende Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie nutzen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln nur selten situativ angemessen.                                                                                                       |
| <b>Gute Leistungen<br/>Ende 6</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Leistungsanforderungen</b>                                                       | <b>Ausreichende Leistungen<br/>Ende 6</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

| <b>Urteilskompetenz...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Schülerinnen und Schüler schätzen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit sowie ihre technisch- koordinativen, taktisch- kognitiven und ästhetisch- gestalterischen Fähigkeiten und die der Mitschülerinnen und Mitschüler mit Hilfe vorgegebener Kriterien selbstständig situationsangemessen ein.                                                                              | eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler (6 L 10)                                          | Schülerinnen und Schüler schätzen ihre individuelle psycho-physische Leistungsfähigkeit sowie ihre technisch- koordinativen, taktisch- kognitiven und ästhetisch- gestalterischen Fähigkeiten und die der Mitschülerinnen und Mitschüler nur mit Hilfe grundlegend ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist in nahezu allen Bereichen schwach ausgeprägt.                                              |
| Schülerinnen und Schüler schätzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen weitgehend angemessen ein.                                                                                                                                                                                                          | Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext (6 L 11) | Schülerinnen und Schüler schätzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen sehr vereinfacht und sachlich nicht immer angemessen bzw. häufig nur unter starker Mithilfe.                                                                                                                                                  |
| Schülerinnen und Schüler schätzen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge in Bewegung, Spiel und Sport bei sich selbst und anderen stets angemessen ein.                                                                                                                                                                          | methodisch-strategische und sozial-kommunikative Verfahren und Zugänge bei Bewegung, Spiel und Sport (6 L 12)            | Schülerinnen und Schüler schätzen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge in Bewegung, Spiel und Sport bei sich selbst und anderen oft nicht angemessen ein.                                                                                                                                                                                |
| <b>Beobachtbares Verhalten</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen weitgehend selbstständig das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte.                                                                                                    | Selbst- und Mitverantwortung (6 L 13)                                                                                    | Schülerinnen und Schüler unterstützen den geordneten Unterrichtsablauf nur auf ausdrückliche Anweisung und zeigen in verschiedenen sportlichen Handlungssituationen kaum Verantwortungsbereitschaft für sich selbst und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur auf ausdrückliche Aufforderung.                                                                 |
| Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen kontinuierlich eine hohe Bereitschaft, die Ziele des Unterrichts zu erreichen; das bezieht sich sowohl auf sportbezogene kognitive wie auch auf kognitive Prozesse. Sie zeigen hohe Anstrengungsbereitschaft.                                                                                                            | Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft (6 L 14)                                                 | Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine geringe Bereitschaft, die Ziele des Unterrichts zu erreichen; das bezieht sich sowohl auf sportbezogene kognitive wie auch auf kognitive Prozesse. Sie zeigen von sich aus kaum Anstrengungsbereitschaft.                                                                                                                     |
| Schülerinnen und Schüler setzen sich im Sportunterricht situationsangemessen eigene Ziele und verfolgen diese weitgehend selbstständig bis zur Zielerreichung.                                                                                                                                                                                                                                 | Selbstständigkeit (6 L 15)                                                                                               | Schülerinnen und Schüler setzen sich im Sportunterricht situationsangemessen selten eigene Ziele und müssen im Lern- Übungs- und Trainingsprozess vom Lehrer zur Zielerreichung eng geführt werden.                                                                                                                                                                                                      |
| Schülerinnen und Schüler kennen die bewegungsfeld- und sportbereichsspezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen und wenden diese allein und in der Gruppe unter Aufsicht der Lehrkraft sachgerecht an.                                                                                                                                                                              | Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen (6 L 16)                                                            | Schülerinnen und Schüler kennen die bewegungsfeld- und sportbereichsspezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen nur teilweise und wenden diese nur auf ausdrückliche Aufforderung des Lehrers und unter seiner Anleitung sachgerecht an.                                                                                                                                                      |
| Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis und kooperieren in sportlichen Handlungssituationen alters- und situationsadäquat. Sie nehmen Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten der anderen in Wettkampf- und Spielsituationen angemessen reflektieren. | Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit (6 L 17)                                                               | Schülerinnen und Schüler verhalten sich in einfachen Spielhandlungen sowie in sportlichen Handlungssituationen häufig situativ unangemessen. Sie haben überwiegend den eigenen Vorteil im Blick und zeigen sich wenig einsichtig im Blick auf die Wertevorstellungen und Lösungsmöglichkeiten anderer. Darüber hinaus können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. |

## 5.4.2 Leistungsanforderungen am Ende der Jahrgangsstufen 10 - Übersicht

| Gute Leistungen<br>Ende 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Leistungsanforderungen                                                                  | Ausreichende Leistungen<br>Ende 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sachkompetenz...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| Schülerinnen und Schüler zeigen eine dauerhaft hohe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen individuell förderlichen Leistungswillen ohne Rücksicht auf individuelle sportliche Interessen und Neigungen. Darüber hinaus zeigen sie die Bereitschaft, diese auch weiterhin zu verbessern.                                                    | psycho-physisch<br>(10 L 1)                                                             | Schülerinnen und Schüler zeigen häufig eine geringe Leistungs- und Anstrengungsbereitschaft sowie einen nur gering ausgeprägten Leistungswillen. Die psycho-physische Belastbarkeit ist schwach entwickelt. Es ist häufig ein Vermeidungsverhalten zu beobachten. Einsicht und Wille zur Leistungssteigerung sind wenig ausgeprägt.                                   |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in komplexen technisch- koordinative Anforderungen (u.a. Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus) in nahezu allen Bewegungsfeldern und Sportbereichen über ausgeprägte technisch-koordinative Fertigkeiten; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen ist sicher und zeigt hohe Bewegungsqualität.        | technisch-koordinativ<br>(10 L 2)                                                       | Schülerinnen und Schüler weisen technisch-koordinative Mängel auf (u.a. bei Bewegungsgenauigkeit, -fluss, -dynamik, -rhythmus), die den Anforderungen kaum entsprechen; der Gesamteindruck der Bewegungsausführungen wird auf Grund von Fehlern in der Bewegungsausführung qualitativ gemindert. Der Bewegungsfluss muss unterbrochen werden.                         |
| Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ stets angemessen. Eine ausgeprägt differenzierte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt auch unter Druckbedingungen zu sachgerechten und situativ angemessenen taktisch-kognitiven Entscheidungen. | taktisch-kognitiv (10 L 3)                                                              | Schülerinnen und Schüler verhalten sich in den meisten sportlichen Handlungssituationen sowie in grundlegenden Spielhandlungen taktisch-kognitiv situativ selten angemessen. Eine fehlerhafte Selbst- und Fremdwahrnehmung führt oftmals – bereits bei geringen Druckbedingungen - zu fehlerhaften taktisch-kognitiven Entscheidungen.                                |
| Schülerinnen und Schüler bewältigen auch komplexe ästhetisch- gestalterische Anforderungen entsprechend der Aufgabenstellung. Sie berücksichtigen dazu geforderte Gestaltungs- und Ausführungskriterien stets situativ angemessen.                                                                                                                       | ästhetisch-gestalterisch<br>(10 L 4)                                                    | Schülerinnen und Schüler bewältigen komplexe ästhetisch- gestalterische Anforderungen selten entsprechend der Aufgabenstellung und berücksichtigen dazu nur zum Teil die geforderten Gestaltungs- und Ausführungskriterien.                                                                                                                                           |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über weitreichende Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können diese vor dem Hintergrund erlebter Praxis souverän reflektiert anwenden und nutzen. Sie können jederzeit über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen situativ angemessen differenziert reflektieren.     | Fachliche Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln<br>(10 L 5)                        | Schülerinnen und Schüler weisen kaum angemessene Grundkenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln auf. Sie weisen in weiten Bereichen Lücken auf. Sie verfügen nur über rudimentäre Kenntnisse zum eigenen sportlichen Handeln in allen Inhaltsfeldern und können über ihr eigenes sportliches Handeln und das der anderen nicht immer sachgerecht reflektieren.       |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über vertiefte Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext. Sie weisen sehr differenzierte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern nach und können diese beim Mit- und Gegeneinander auch unter hohen Druckbedingungen sozialadäquat und teamorientiert anwenden.                    | Fachliche Kenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext<br>(10 L 6)            | Schülerinnen und Schüler weisen schwach ausgeprägte Grundlakenntnisse zum sportlichen Handeln im sozialen Kontext in nahezu allen Bereichen vor. Sie weisen lückenhafte Kenntnisse und Einsichten in den entsprechenden Inhaltsfeldern nach und können diese beim Mit- und Gegeneinander auch nicht in Standardsituationen sozialadäquat und teamorientiert anwenden. |
| Schülerinnen und Schüler verfügen über grundlegende Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit. Sie können einfache gesellschaftliche Phänomene des Sports sachgerecht einordnen und für eigene sportliche Werthaltungen und Einstellungen nutzen.                                                                                | Fachliche Kenntnisse zum Sport als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit<br>(10 L 7) | Schülerinnen und Schüler verfügen kaum über angemessenes Grundlagenwissen im Bereich des Sports als Teil der gesellschaftlichen Wirklichkeit. Sie können nicht einmal grundlegende gesellschaftliche Phänomene des Sports sachgerecht einordnen und für eigene sportliche Werthaltungen und Einstellungen nutzen.                                                     |

| <b>Gute Leistungen<br/>Ende 10</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Leistungsanforderungen</b>                                                                                                | <b>Ausreichende Leistungen<br/>Ende 10</b>                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Methodenkompetenz...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schülerinnen und Schüler wenden vielfältige Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens selbstständig und eigenverantwortlich an. Sie können diese mühelos auf andere Sachverhalte übertragen. Sie weisen dabei hohe Selbststeuerungskompetenz auf.                                  | Methodisch-strategische Verfahren anwenden<br>(10 L 8)                                                                       | Schülerinnen und Schüler wenden Fachmethoden sowie Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens kaum selbstständig und eigenverantwortlich an und können diese auch nicht ohne starke Unterstützung auf andere Sachverhalte übertragen und anwenden. Sie weisen nur sehr geringe Selbststeuerungskompetenzen auf. |
| Schülerinnen und Schüler verfügen in nahezu allen sportlichen Handlungssituationen über differenzierte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken und nutzen diese situativ angemessen beim gemeinsamen Sporttreiben.                                                                        | Sozial-kommunikative Verfahren anwenden<br>(10 L 9)                                                                          | Schülerinnen und Schüler verfügen beim sportlichen Handeln oft nicht über sachgerechte Gruppenarbeits-, Gesprächs- und Kommunikationstechniken. Sie lassen diese beim gemeinsamen sportlichen Handeln ungenutzt.                                                                                                   |
| <b>Urteilskompetenz ...</b>                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler selbstständig, differenziert – auch unter Druckbedingungen - situationsangemessen ein.                                                                                               | eigenes sportliches Handeln und das der Mitschülerinnen und Mitschüler<br>(10 L 10)                                          | Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre sportbezogene Handlungskompetenz und die der Mitschülerinnen und Mitschüler kaum sachgerecht ein. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist nur sehr schwach ausgeprägt.                                                                                                      |
| Schülerinnen und Schüler beurteilen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen auch unter Druckbedingungen sachgerecht und differenziert                                                                                    | Grundlegende Sachverhalte/ Rahmenbedingungen des eigenen sportlichen Handelns, des Handelns im sozialen Kontext<br>(10 L 11) | Schülerinnen und Schüler nutzen ihre eigenen Kenntnisse und die der Mitschülerinnen und Mitschüler über sportbezogene Sachverhalte und Rahmenbedingungen kaum/ wenig sachlich. Ihre Selbst- und Fremdwahrnehmung ist schwach ausgeprägt.                                                                           |
| Schülerinnen und Schüler beurteilen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge im Sport bei sich und anderen stets eigenverantwortlich und differenziert.                                                                                       | methodisch-strategische und sozial-kommunikative Verfahren und Zugänge bei Bewegung, Spiel und Sport<br>(10 L 12)            | Schülerinnen und Schüler beurteilen die Anwendung und Nutzung methodisch-strategischer sowie sozial-kommunikativer Verfahren und Zugänge im Sport bei sich und anderen unsachgerecht/ lückenhaft.                                                                                                                  |
| <b>Beobachtbares Verhalten</b>                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf und übernehmen Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte selbstständig.                                                                                            | Selbst- und Mitverantwortung<br>(10 L 13)                                                                                    | Schülerinnen und Schüler unterstützen einen geordneten Unterrichtsablauf nur auf Anweisung und übernehmen kaum Verantwortung für sich und andere. Sie unterstützen das Herrichten und Aufrechterhalten der Sportstätte nur nach Anweisung.                                                                         |
| Schülerinnen und Schüler zeigen in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen eine hohe Bereitschaft, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen; die Anstrengungsbereitschaft ist hoch.                                                                   | Leistungswille, Leistungsbereitschaft, Anstrengungsbereitschaft<br>(10 L 14)                                                 | Schülerinnen und Schüler zeigen sich in Lern-, Übungs-, Trainingsprozessen wenig interessiert und bemüht, Unterrichtsziele zu erreichen; das bezieht sich auf sportbezogene - wie auch auf Reflexionsphasen. Die Anstrengungsbereitschaft ist gering.                                                              |
| Schülerinnen und Schüler setzen sich situationsangemessen eigene Ziele, wählen sachgerecht fachliche Kenntnisse und Fachmethoden bzw. Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens situations- und altersangemessen aus und verfolgen avisierte, realistische Ziele eigenständig bis zur Zielerreichung. | Selbstständigkeit<br>(10 L 15)                                                                                               | Schülerinnen und Schüler setzen sich selten situativ angemessene eigene Ziele und müssen im Lern- Übungs- und Trainingsprozess von der Lehrkraft zur Zielerreichung stark angeleitet werden. Sie verfolgen Unterrichtsziele oftmals erst nach mehrfacher Aufforderung.                                             |
| Schülerinnen und Schüler kennen die Bewegungsfeld - und Sportbereich - spezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen und wenden diese allein und in der Gruppe sachgerecht an.                                                                                                                   | Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen<br>(10 L 16)                                                            | Schülerinnen und Schüler kennen die Bewegungsfeld - und Sportbereich - spezifischen Organisations- und Sicherheitsbedingungen nur teilweise und wenden diese nur auf ausdrückliche Aufforderung der Lehrkraft sachgerecht an.                                                                                      |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Schülerinnen und Schüler haben ein auf Gerechtigkeit ausgerichtetes Werteverständnis, kooperieren und kommunizieren alters- und situationsadäquat. Sie nehmen sie Rücksicht auf andere und zeigen Konfliktfähigkeit und Empathie. Darüber hinaus können sie ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen reflektieren.</p> | <p>Fairness, Kooperationsbereitschaft und -Kooperationsfähigkeit (10 L 17)</p> | <p>Schülerinnen und Schüler verhalten sich häufig situativ unangemessen und können die Leistungen anderer kaum anerkennen und wertschätzen. Außerdem können sie kaum kritische Distanz zu ihrem eigenen sportlichen Handeln entwickeln. Es gelingt ihnen kaum, ihr eigenes Verhalten sowie das Verhalten anderer in sportlichen Konfliktsituationen angemessen zu reflektieren.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## **5.5 Grundsätze der Notenbildung**

Die Fachkonferenz Sport des HAG einigt sich auf folgende Grundsätze der Notenbildung:

Die Leistungsbewertung erfolgt in einem kontinuierlichen Prozess, bezieht sich auf alle Unterrichtsvorhaben und berücksichtigt alle Formen und Grundsätze der Leistungsbewertung in einem angemessenen Rahmen. Unverschuldete Unterrichtsausfälle werden bei der Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt.

Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport - wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer, zu Schülermentorinnen und -mentoren sowie ehrenamtliche Tätigkeiten - werden verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden. Der Erwerb von Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen wird im Zeugnis vermerkt.

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Nummer des UVs im BF/SB: 1.1 1.2 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Thema des UV: Richtig aufwärmen! – Erprobung funktionsgymnastischer Übungen auf der Basis allgemeiner Aufwärmprinzipien mit dem Ziel sich sachgerecht aufzuwärmen</b>                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |
| <b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b><br><b>f - Gesundheit</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• aerobe Ausdauerfähigkeit</li> <li>• allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich altersgerecht aufwärmen und die Intensität des Aufwärmprozesses an der eigenen Körperreaktion wahrnehmen [6 BWK 1.1]</li> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> <li>- grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul> |                                  |

| <b>Didaktische Entscheidungen</b>                                                                                                                                    | <b>Methodische Entscheidungen</b>                                                                                                  | <b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>                                                                                                                                                                                                                                               | <b>Leistungsbewertung:</b>                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Prinzipien des Aufwärmens<br><br>Elemente des Aufwärmens (z.B. Lauf ABC, Dehnen, Stabilisation)<br><br>Effekte des Aufwärmens<br><br>Körperreaktionen beim Aufwärmen | Funktionsgymnastische Aufwärmübungen erproben und richtig anwenden<br><br>Dehnübungen<br><br>Testformen zur Beweglichkeit erproben | <b>Reflektierte Praxis:</b><br>Prinzipien des Aufwärmens<br>Aufwärmen allgemein und spezifisch (sportartenbezogen)<br><br>Testformen zur Beweglichkeit evaluieren<br><br>Effekte/ Körperreaktionen besprechen<br><br><br><b>Fachbegriffe:</b><br>Dehnen, Mobilisieren, Beweglichkeit, Atmung/ Puls | <b>unterrichtsbegleitend:</b><br>selbstständiges Arbeiten mit Aufwärmkarten<br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><b>punktuell:</b><br>Demonstration von Übungen<br><br>Korrekte Bewegungsausführung<br><br>Funktionalität der Übungen benennen<br><br>Übungen des Lauf ABCs ausführen |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 2.1 2.2 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Thema des UV: Das Mit- und Gegeneinander im Spiel – „Alles was zählt im Spiel“ – eigenverantwortlich, fair, teamorientiert und sicherheitsbewusst miteinander spielen und anhand entsprechender Kriterien „Kleine Spiele“ weiterentwickeln und bewerten                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                  |
| BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                                                                                                                                                                                                                                                                            | Inhaltsfelder:<br>e - Kooperation und Konkurrenz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                  |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"><li>kooperative Spiele</li><li>kleine Spiele und Pausenspiele</li></ul>                                                                                                                                                                                                 | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"><li>Interaktion im Sport [e]</li><li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen<br>BWK <ul style="list-style-type: none"><li>Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]</li><li>Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2]</li></ul> | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen<br>SK <ul style="list-style-type: none"><li>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li></ul><br>MK <ul style="list-style-type: none"><li>selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li></ul><br>UK <ul style="list-style-type: none"><li>sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li></ul> |                                  |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele spielen, erproben, gestalten, variieren und erklären<br/>(Mögliche Spiele sind z.B.: Völkerballvariationen, Brennball, Zombieball, 3er-Ball etc.)</li> <li>• Kriterien „guter Spiele“ erkennen und benennen</li> <li>• Sportspezifische Gefahrenmomente erkennen, benennen und den richtigen Umgang mit Sportmaterial und Hallenausstattung beherrschen</li> <li>• Konflikte in geregelten Formen austragen</li> <li>• Verständnisaufbau für Regelverstöße von Mitspielern, die aufgrund technischer Mängel passieren</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständiger, sicherer und verantwortungsvoller Umgang mit Materialien (evtl. Geräteführerschein anbieten)</li> <li>• Lieblingsspiele begründet bestimmen</li> <li>• Spiele sollen möglichst selbstreguliert werden (Lehrer eher als Berater und Motivator, seltener Vermittler)</li> <li>• Konflikte transparent machen und Lösungsstrategien suchen</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und deren Variationen</li> <li>• Spielregeln und deren Bedeutung</li> <li>• Sicherheit beim Spielen</li> <li>• Für Alle ist Regelbeachten natürlich eine Selbstverständliche Sache</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielidee (Kurzbeschreibung einer Sportart, kann unterschiedliche Sinngemengungen verfolgen)</li> <li>• Ziel des Spiels</li> <li>• Spielregeln z.B. <ul style="list-style-type: none"> <li>• mitspielen wichtiger als siegen und Regeln einhalten ist „Gewinnen“ (moralische Regeln)</li> <li>• Konstitutive Regeln; (intermannschaftlich)</li> <li>• Strategische Regeln; (intramannschaftlich)</li> </ul> </li> <li>• Kriterien guter Spiele (z.B. Spaß, Fairness, Kooperation, Chancengleichheit, Spannung, Sicherheit, wenige Regeln)</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsfähigkeit</li> <li>• Gestaltungsfähigkeit</li> <li>• Spielfähigkeit</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Einhaltung der Spielregeln</li> <li>• Sinnvolle Veränderung von Spielregeln</li> <li>• Umgang mit Material</li> <li>• Auf- und Abbau</li> <li>• Übernahme von Schiedsrichteraufgaben</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erfüllen der Kriterien eines guten Spiels</li> <li>• Vermittlung an andere SuS</li> <li>• Fairplay im Miteinander</li> <li>• Verbale Spielerklärungen (z.B. Spielidee, Spielbeschreibung und Spielregeln)</li> <li>• Geräteführerschein machen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Nummer des UVs im BF/SB: 3.1                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: Laufen, Springen, Werfen – Erprobung grundlegender leichtathletischer Bewegungen anhand von vielseitigen, spielerischen Anforderungssituationen                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                             |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>d - Leistung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>                                                                                            | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegen (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <p>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul> |                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung verschiedener Möglichkeiten/Formen des Laufens, Springens und Werfens anhand von offenen Bewegungsaufgaben à Reflexion der Bewegungsmerkmale</li> <li>• Rhythmisches Laufen erleben</li> <li>• Entwicklung einer Sprungstation innerhalb eines Sprungparcours/Sprunggartens</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Staffelspiele (z. B. Biathlon)</li> <li>• Sprungparcours/Sprunggarten</li> <li>• Erstellen einer Mind-Map zur Systematisierung unterschiedlicher Lauf- und Sprungformen</li> <li>• optional: Nutzung der App „Video Delay“ (iPads) für visuelle Rückmeldungen (insb. zum Werfen)</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Formen des Laufens: vorwärts, rückwärts, seitwärts, schnell, ausdauernd, ...</li> <li>• spielerisches/rhythmisches Laufen (auch über Hindernisse wie z. B. Bananenkartons)</li> <li>• Sprungformen: einbeinig, beidbeinig, vorwärts, rückwärts, seitwärts, rauf, runter, rein, raus</li> <li>• Bewegungsmerkmale eines möglichst weiten Wurfes</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsmerkmal</li> <li>• Rhythmus/rhythmisches Laufen</li> <li>• Lauf- &amp; Sprung-ABC</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständiges Erarbeiten von Lauf- und Sprungformen</li> <li>• Übungsformen zum Lauf- und Sprung-ABC nennen und beschreiben</li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vielfalt der gefundenen Bewegungsformen zum Laufen und Springen</li> <li>- Einbringen in die Gruppenarbeit</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungstation</li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Übungsauswahl, Präsentation der Sprungstation, Demonstration</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Nummer des UVs im BF/SB: 6.1              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Thema des UV: Gymnastisches Laufen, Hüpfen, Springen – Gymnastische Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben mit und ohne Handgerät erproben                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                           |
| BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Inhaltsfelder:<br>b - Bewegungsgestaltung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                           |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>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]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens nach- und umgestalten [6 MK b1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]</li> </ul> |                                           |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erprobung verschiedener Formen des gymnastischen Bewe-gens (Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Schwingen)</li> <li>• Bewegungsfluss und (nachgeordnet) Bewegungsweite als grundsätzliche Bewegungsmerkmale der Gymnastik erleben</li> <li>• Übertragen der Bewegungsmerkmale Bewegungsfluss und Bewegungsweite auf verschiedene Handgeräte (Reifen, Band, Ball). [Seil und Keule lassen sich schwerlich auf einfache Handhabung in der Klasse 5 reduzieren]</li> <li>• Erlernen der allgemeinen Handhabung der Handgeräte Reifen, Band und Ball.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Erproben anhand von Bewegungsanreizen im Darstellenden Spiel (z.B. „Wettrennen unter Wasser – der langsamste gewinnt“, „Mitteilungen in Zeitlupe – der Körper darf nicht zucken und stoppen, sondern muss fließen.“)</li> <li>• Selbstständiges Erproben fließender Bewegungen der Handgeräte (z.B. wie bleibt der Reifen/ das Band in gleichförmiger Bewegung? z.B. mit welchen Tricks kann ich den Ball immer in Bewegung um meinen Körper gleiten lassen?)</li> <li>• Nachahmen vorgegebener Übungen</li> <li>• Gegenseitige Videokorrektur via Tablet</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gymnastisches Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Schwingen</li> <li>• Bewegungsfluss</li> <li>• nachgeordnet Bewegungsweite</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Schwingen, Drehen</li> <li>• Ball, Band, Reifen</li> <li>• Bewegungsfluss</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungen entwickeln und nachahmen</li> <li>• auf Unbekanntes Einlassen und Engagement hinsichtlich des Erlernens gymnastischer Bewegungsformen</li> <li>• Individueller Fortschritt hinsichtlich gymnastischer Bewegungsformen (Gehen, Laufen, Hüpfen, Springen, Schwingen)</li> <li>• Individueller Fortschritt hinsichtlich der Umsetzung von Bewegungsfluss und -weite</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Abschlusschoreografie nach vorgegebenen Pflicht- und freiwilligen Kürelementen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nummer des UVs im BF/SB: 5.1                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Thema des UV: Klettern, Springen, Stützen - grundlegende Bewegungsfertigkeiten des Geräteturnens erlernen                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |
| BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Inhaltsfelder:<br>c - Wagnis und Verantwortung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>                                                                                                                                                                                  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Barren, Kasten u.a.) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul> |                                                |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>an verschiedenen Geräten sicher und verantwortungsbewusst turnen</p> <p>sich und seinen Körper beim Erproben der turnerischen Grundelemente lernen einzuschätzen</p> <p>auf Zurufe/ Handzeichen Bewegungen ausführen/ das Timing für die richtige Bewegungsausführung erfahren</p> <p>Bewegungsbeschreibungen</p> <p>sachgerechter Auf- und Abbau der Geräte</p> | <p>Erproben und Demonstrieren von Turngrundelementen (Boden, Taue, Kästen, Parallelbarren, Balken)</p> <p>Balancieren auf Bänken/ Balken<br/>Schwingen am Barren/ Tau<br/>Springen auf / über einen Kasten / Bock<br/>Rollbewegungen/ Sprünge am Boden</p> <p>Bewegungen durch akustische Signale/ Zeichen richtig ausführen</p> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Grundlegende Elemente an verschiedenen Geräten reflektieren/ evaluieren</p> <p>Selbsteinschätzung, Wagnis, Verantwortung</p> <p>Sicherheit</p> <p>Bewegungsausführung/ Kriteriengeleitetes Arbeiten</p> <p>Fachbegriffe:<br/>Grundelemente (Stützen, Springen, Schwingen, Hangeln, Klettern, ...)</p> <p>Geräte: Kästen, Taue, Sprossenwand, Bock, Bänke, Balken, Barren</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Turngrundelemente erproben, üben und demonstrieren</p> <p>den Geräteführerschein erwerben</p> <p>Sich und seinen Körper bei turnerischen Übungen richtig einschätzen</p> <p>Bewegungen auf der Grundlage von Zurufen/ Handzeichen richtig ausführen</p> <p>Auf- und Abbau</p> <p>Positive Lernatmosphäre (Rücksichtnahme, Aufmerksamkeit, Konzentration)</p> <p>punktuell:<br/>Präsentation der Turngrundelemente</p> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Nummer des UVs im BF/SB: 2.3 2.4 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Kleine Spiele, so wie wir sie wollen – Von der Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele über die selbständige Organisation und Durchführung zur Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung „Kleiner Spiele“</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |
| <b>BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                  |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kleine Spiele und Pausenspiele</li> <li>• kooperative Spiele</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]</li> <li>• unterschiedliche Voraussetzungen und Rahmenbedingungen (Spielidee, Personen, Materialien, Raum- und Geländeangebote) nutzen, um eigene Spiele zu finden, situations- und kriterienorientiert zu gestalten und zu spielen [6 BWK 2.4]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul> |                                  |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernförderliche Spielformen</li> <li>• (Reboundball, 3er Ball, Mattenball)</li> <li>• Spielregeln und Fairness</li> <li>• Faires Verhalten</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schülerorientierte Entwicklung von Spielen</li> <li>• Selbständiger Umgang mit Materialien</li> <li>• Auf der Grundlage von Beobachtungen Regeländerungen durchführen</li> <li>• Beobachtungsbögen nutzen</li> <li>• Rollenaufträge umsetzen (Auftragskarten)</li> <li>• Erfundene Spiele präsentieren und praxisgeleitet bewerten</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielregeln und deren Bedeutung für ein faires Miteinander</li> <li>• Schiedsrichter- und Spielleiterfunktion</li> <li>• Mannschaftsbildung</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schiedsrichter/ Spielleiter</li> <li>• Spielidee und -regeln/ Regelkatalog</li> <li>• Fairness</li> <li>• Zielsetzungen (z.B. Konzentrationsfähigkeit, Wahrnehmungsfähigkeit etc.)</li> <li>• Kriterienorientierte Spielentwicklung</li> <li>• Beobachtungsbogen, Rollenauftrag, Auftrags-/Arbeitskarte</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielregeln einhalten / faires Verhalten</li> <li>• Spielregeln sinnvoll verändern</li> <li>• Mündliche Beiträge in den Reflexionsphasen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielleitertaufgaben erfüllen</li> <li>• Beobachtungen machen</li> <li>• Rollenaufträge umsetzen</li> <li>• Diskutierfähigkeit in der Gruppe</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausfüllen der Beobachtungsbögen</li> <li>• Umsetzung der Rollenaufträge</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                        | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Nummer des UVs im BF/SB: 6.2              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Thema des UV: „Unser erster gemeinsamer Auftritt“ – Grundlegende Merkmale von Bewegungsgestaltungen einer Partner- oder Gruppenchoreographie                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                           |
| BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Inhaltsfelder:<br>b - Bewegungsgestaltung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>                                                                                                                    | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                           |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (Modetanz) tänzerische Komposition präsentieren [6 BWK 6.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]</li> </ul> |                                           |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Erarbeitung von Bewegungskriterien für eine ästhetisch gestalterische Präsentation</li> <li>- In Partnerform oder als Kleingruppe eine Choreographie auf der Basis von Präsentationskriterien erstellen (mit oder ohne Gegenständen)</li> <li>- Wahl einer traditionellen oder modernen Tanzform (z. B. Hip Hop, Rock 'n' Roll, Muscaldance etc.)</li> <li>- Unterschiedliche Einstiege und Abschlüsse einer Choreographie</li> <li>- Bewegungsbeschreibungen</li> <li>- Formationen und Aufstellungsformen</li> <li>- Synchronität und Asynchronität</li> <li>- Rhythmusschulung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einfache Bewegungs- und Gestaltungsaufgaben selbstständig lösen</li> <li>- Ein Grundschrittrepertoire beherrschen und variieren können</li> <li>- Verschiedene Einzelschritte zu einer geschlossenen Choreographie verbinden</li> <li>- Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppenbildungsprozessen nachvollziehen</li> <li>- Miteinander in der Gruppe zielgerichtet und kooperativ arbeiten</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Grundschritte beherrschen und benennen</li> <li>- Grundschritte mit einfachen Bewegungsbeschreibungen erklären</li> <li>- Den Aufbau eines Musikbogens im 4/4-Takt erkennen den Rhythmus zählen</li> <li>- Bewertungskriterien beobachten und die eigene Gruppenentwicklung nachsteuern können</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Basisschritte</li> <li>- Basistechniken</li> <li>- Aufstellungen/ Formationen</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungen nachahmen, weiterentwickeln und selbst entwickeln</li> <li>- Engagement, Motivation</li> <li>- Arbeitsverhalten innerhalb der Gruppenarbeit/ „Teamgeist“</li> <li>- Ausführungsqualität</li> <li>- Rhythmusfähigkeit</li> <li>- Kreativität</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Abschlusspräsentation der gemeinsam erarbeiteten Choreographie anhand von Beobachtungskriterien (z.B. Beginn, Hauptteil, Schluss) (z.B. das Einhalten einer Anzahl von Grundschrittvariationen. Posen oder „Tricks“) (z.B. die Anzahl vorher vereinbarter Formationen)</li> <li>- Rhythmusfähigkeit und Bewegungsqualität</li> <li>- Kreativität und Variabilität</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Nummer des UVs im BF/SB: 8.1 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Wir beherrschen unser Fahrrad – Sicheres Fahren im Straßenverkehr und im Gelände</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                              |
| <b>BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/ Bootssport/Wintersport</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>f - Gesundheit</b><br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich mit einem Gleit- oder Fahr- oder Rollgerät kontrolliert fortbewegen, gezielt die Richtung ändern sowie situations- und sicherheitsbewusst beschleunigen und bremsen [6 BWK 8.1]</li> <li>• grundlegende, gerätspezifische Anforderungssituationen beim Gleiten oder Fahren oder Rollen unter bewegungsökonomischen oder gestalterischen Aspekten sicherheitsbewusst bewältigen [6 BWK 8.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> <li>• Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                           | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                              | Leistungsbewertung:                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Fahrrad fahren in gesicherten, aber realen Verkehrssituationen</p> <p>Reaktionen (Bremsen, Ausweichen) durch Übertragung von Handlungsentscheidungen auf das Gerät</p> <p>Verkehrssicherheit</p> | <p>Erklärungen, Demonstrationen, Bewegungsanweisungen und -vorschriften nach Maßgabe der Polizei</p> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Gegenstände</p> <p>Fahrrad fahren im geschützten Verkehrsraum (z.B. Schulhof)</p> <p>Fahrrad fahren im realen Verkehrsraum (z.B. im Umfeld der Schule)</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Bauteile des Fahrrades (u. a.: Dynamo, Vorderrad-, Hinterradbremse)</p> <p>Abbiegen, Richtungsanzeige</p> | <p>punktuell:</p> <p>schulnotenunabhängige Verstärkungen der Polizeibeamten</p> |

| Jahrgangsstufe: 5                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |  | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Nummer des UVs im BF/SB: 7.1 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: Dribbeln, Passen, Werfen, Schießen und das Spiel ohne Ball – grundlegende Fertigkeiten und ihre Anwendung in fuß- und handballähnlichen Spielformen                                                                                                                                                                         |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                                                 |  | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>d - Leistung                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                              |
| Inhaltliche Kerne:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>                                                                                                                                    |  | Inhaltliche Schwerpunkte:<br><ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Fähigkeiten und Fertigkeiten (u.a. Heidelberger Ballschule) in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> |  | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                       | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in grundlegende technische und taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten von großen Sportspielen als Hinführung zum Fuß- und Handball (oder auch Basketball)</li> <li>• Thematisierung und Einübung des Freilaufens und des Anbietens als Leistungskomponente im Mannschaftsspiel</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und variieren von sportartspezifischen Grundtechniken und Anwenden einfacher taktischer Elemente der großen Sportspiele (z.B. Freilaufen, Anbieten, Raumnutzung, Positionsspiel)</li> <li>• Heidelberger Ballschule</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen grundlegender Pass-, Wurf-, Schieß- und Dribblingformen</li> <li>• Raumnutzung, Anbieten, Freilaufen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Spielfähigkeit</li> <li>• Ballhandling</li> <li>• Fußballspezifische Techniken</li> <li>• Handballspezifische Techniken</li> <li>• Basketballspezifische Techniken (Brust-, Boden-, Einhandpass, Schritt- und Parallelstop, Sternschritt, Korbleger, Positionswurftechnik)</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technomotorischer und kognitiver Lernfortschritt; Progression im Bereich individueller Fertigkeiten bei der Bewegungsausführung</li> <li>• Teamfähigkeit und Fairplay</li> <li>• Regelkonformität</li> <li>• Beiträge in den Theorie- und Reflexionsphasen</li> <li>• Spielverhalten und Organisationsfähigkeiten im Spiel und bei Übungen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration ausgewählter Techniken in einfachen Übungssituationen; Individuelle Bewegungsqualität und Effektivität</li> <li>• Spielbeobachtungen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dauer des UVs: 12 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Nummer des UVs im BF/SB: 4.1 4.2                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: Wie und was im nassen Element?! –Elementare Erfahrungen zu Verhaltensweisen des Körpers im Wasser als Voraussetzung zum sicheren Schwimmen nutzen.                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                             |
| BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a] <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Handlungssteuerung [c]</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [6 BWK 4.1]</li> <li>• grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul> |                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                         | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Elementare Gesetzmäßigkeiten des Bewegens im Wasser</li> <li>• Schwimmunterrichts-spezifischer Organisationsrahmen</li> <li>• Baderegeln</li> <li>• Spielformen im flachen Wasser</li> <li>• Orientierung im und unter Wasser</li> <li>• Festigung der Sicherheit bei Bewegungen im Wasser</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren anhand eigener Erfahrungen</li> <li>• Rückschlüsse auf die Besonderheiten der Bewegungssituation im Wasser ziehen</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Besonderheiten der Orientierung im/unter Wasser</li> <li>• Besonderheiten der Bewegungen im/unter Wasser</li> <li>• Ausatmung im Wasser</li> <li>• Schweben und Gleiten / Hechtschießen</li> <li>• Rollen um versch. Achsen</li> <li>• Tauchspiele (m. Partner)</li> <li>• Schwimmen mit Materialien (Brettern, Flossen, Noodles etc.)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftrieb</li> <li>• Absinken</li> <li>• Schweben</li> <li>• Vortrieb</li> <li>• Rotation</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Baderegeln</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einhalten der vereinbarten Regeln</li> <li>• Experimentierfreudigkeit und Kreativität</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft und Beharrlichkeit bei Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mdl. Überprüfung der Baderegel</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dauer des UVs: 16 Stunden                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 4.3   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|
| Thema des UV: Brust oder Kraul – das ist hier die Frage – Festigung der Brustschwimmtechnik und Erlernen des Krauls im Hinblick auf ausdauerndes Schwimmen                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                |
| BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhaltsfelder:<br>d - Leistung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>                                                                                                               | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau sicher und ausdauernd ausführen [6 BWK 4.3]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul> |                                |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                        | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmunterrichts-spezifischer Organisationsrahmen</li> <li>• Festigung der Brustschwimmtechnik oder</li> <li>• Erlernen der Kraultechnik (Rücken)</li> <li>• Einschließlich Start und Wende auf einfachem Niveau</li> <li>• </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Üben und Trainieren</li> <li>• Individualisierung des Unterrichts: Stecken eigener sinnvoller Ziele (Bronze oder Silber-Abzeichen)</li> <li>• Selbst- und Partnerkorrektur</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernen durch Visualisierungen und einfache Hilfen (poolboys, Schwimmbretter)</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleich- und Wechselzugswimmarten</li> <li>• Zug-, Druck-, Gleitphase</li> <li>• Kraultechnik, Grobform</li> <li>• Brusttechnik, Feinform</li> <li>• Ausdauernd schwimmen</li> <li>• Unterschiedliche Umfänge (Bronze oder Silber)</li> <li>• </li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Durchhaltevermögen</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Beachten der Verhaltensregeln</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 400 m Schwimmen in max 15 Min. nach Sprung vom Beckenrand</li> <li>• Abzeichen: Bronze oder Silber</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleichmäßiges Tempo</li> <li>• Strecke</li> <li>• Individuelle Leistungssteigerung</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                           | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nummer des UVs im BF/SB: 4.4                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b><br><b>Höher, tiefer, weiter – aber sicher! Wasserspringen und Tauchen ohne Angst und Übermut – Grenzen ausloten und dennoch sicher bewegen</b>                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                              |
| <b>BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>c - Wagnis und Verantwortung</b> |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>                                                          | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul><br><b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul><br><b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul> |                                                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                         | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungvariationen</li> <li>• Sicherheitsaspekte beim Wasserspringen</li> <li>• Bewältigung von Wagnissituationen</li> <li>• Besonderheiten und Gefahren beim Tauchen</li> <li>• Druckausgleich</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zur Steuerung von Emotionen (Angst, Frust)</li> <li>• Individualisierung des Unterrichts („eigene Grenzen ausloten“)</li> <li>• Partnerbeobachtung / -unterstützung</li> <li>• Tauchen ohne Sehhilfe: Auge-Wasser-Kontakt durch Übungen erweitern</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fuß- und Kopfsprünge</li> <li>• Kunstsprünge</li> <li>• Eintauchen</li> <li>• Orientierung unter Wasser</li> <li>• Tieftauchen</li> <li>• Erfahrung von Wagnis und damit verbundenen Emotionen im Sport</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fußsprung /</li> <li>• Kopfsprung</li> <li>• Eintauchwinkel</li> <li>• Auftrieb / Abtrieb</li> <li>• Druckausgleich</li> <li>• Hyperventilation</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen von Bewegungsaufgaben</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen einer Technik und Partnerarbeit zeigen</li> <li>• Beharrlichkeit und Zielstrebigkeit beim Erproben und Erlernen eigener Sprünge</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Sprünge aus 1m Höhe bzw. Startsprung sicher realisieren</li> <li>• Ca. 2m Tieftauchen von der Wasseroberfläche mit Herausholen eines Tauchringes (Bronze/Silber)</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Nummer des UVs im BF/SB: 7.3 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: Badminton statt Federball – Anwendung von Grundfertigkeiten in einfachen Badminton-Spielsituationen (optional Tischtennis)                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                              |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhaltsfelder:<br>e - Kooperation und Konkurrenz<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Partnerspiele (Badminton, Tennis oder Tischtennis)</li> </ul>                                                                                                                                                                                                    | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Interaktion im Sport [e]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [6 BWK 7.3]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b><br>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2] <ul style="list-style-type: none"> <li>wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> <li>einfache Hilfen (Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einführung in grundlegende technische und taktische Fertigkeiten und Fähigkeiten im Badmintonspiel</li> <li>• Entwickeln und Anwenden von regelgerechten Spielverständnis</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeine Spielfähigkeit</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Variieren badmintonspezifischer Grundtechniken und Anwenden einfacher taktischer Elemente im Badmintonspiel</li> <li>• Erlernen des Zielspiels Badminton mittels einfacher und komplexer Spielformen und Spielmethoden</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ball- und Schlägergewöhnung</li> <li>• Spielfeldaufbau (Bedeutung der verschiedenen Linien und des Netzes)</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erlernen grundlegender Schlagtechniken</li> <li>• Organisation des Zusammenspiels mit einem Partner</li> <li>• Grundsätzliche sportartspezifische Regeln</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Clear, Drop</li> <li>• Vorhand- und Rückhandschlag <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterhand- und Überkopfschlag</li> </ul> </li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• technomotorischer und kognitiver Lernfortschritt</li> <li>• Regelkonformität</li> <li>• Fairplay</li> </ul> <p>punktuell</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration ausgewählter Techniken in einfachen Übungssituationen</li> <li>• Spielbeobachtung</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Progression im Bereich individueller Fertigkeiten bei der Bewegungsausführung</li> <li>• Spielverhalten und Organisationsfähigkeiten im Spiel und bei Übungen</li> <li>• Individuelle Bewegungsqualität und Effektivität</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dauer des UVs:10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Nummer des UVs im BF/SB: 9.1 9.2 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| Thema des UV: Ringen, Rangeln, Raufen – Erproben eins regelgerechten Mit- und Gegeneinanders in (Zwei-) Kampfsituationen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                  |
| BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhaltsfelder:<br>e - Kooperation und Konkurrenz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                  |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kämpfen um Raum und Gegenstände</li> <li>• Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unter Berücksichtigung der individuellen Voraussetzungen von Partnerin oder Partner, Gegnerin oder Gegner, normungebunden mit- und gegeneinander um Raum und Gegenstände im Stand und am Boden kämpfen [6 BWK 9.1]</li> <li>• in einfachen Gruppen- und Zweikampfsituationen fair und regelgerecht kämpfen [6 BWK 9.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul> |                                  |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Regelvorgaben und –entwicklung für ein ‚Fairplay‘ in Kampfsituationen</p> <p>Spiele zum Kampf in Gruppen und mit dem Partner</p> <p>Verschiedene Ausgangspositionen (liegend, kniend, stehend, ...)</p> <p>Sicherer Aufbau einer Mattenarena</p> <p>Bedeutung von Regeln</p> <p>Auswahl des richtigen Partners/ Gegners</p> | <p>Von Gruppen- zu Partnerkämpfen</p> <p>Von wenig zu viel Körperkontakt</p> <p>Von wenigen zu mehreren Regeln</p> <p>Offene Aufgaben und kreatives Entwickeln von Lösungswegen</p> <p>Spiele und Turnierformen</p> | <p>Reflektierte Praxis:<br/>Regeln und Rituale (Angangssignal, Stoppsignal, “Was weh tut ist verboten”, keine Gelenke verbiegen, den Kopf nie alleine halten);</p> <p>Gruppenkämpfe (z.B. Mattenkönig);</p> <p>Paarkämpfe gegeneinander (z.B. Schildkrötendrehen, Baumstammrollen, Rücken an Rücken);</p> <p>Kämpfe im Team (z.B. tag-team, Wer wird Mattenkönig);</p> <p>Kämpfe um etwas (z.B. Medizinbälle);</p> <p>Kämpfe auf Zeit (z.B. Armdrücken);</p> <p>Fachbegriffe:<br/>Verschiedene Ausgangspositionen (liegend, kniend, stehend,)</p> <p>Fairness</p> <p>Stopp-Regel</p> | <p>unterrichtsbegleitend:<br/>Mitarbeit in der Gruppe und im Team</p> <p>Beachtung der Regeln</p> <p>Rücksicht/ Verantwortung im Mit- und Gegeneinander</p> <p>punktuell:<br/>Entwicklung und Präsentation eines Kampfes/ Kampfspiels</p> <p>Orientierung an festgelegten Kriterien</p> <p>Schiedsrichtertätigkeit</p> <p>Organisation und Durchführung eines Zweikampfes</p> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Nummer des UVs im BF/SB: 1.3 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| <b>Thema des UV: Hindernisse hindern uns nicht – Förderung der motorischen Basisqualifikationen Hangeln, Stützen, Klettern und Balancieren anhand eines Hindernisparcours</b>                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                              |
| <b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>                                                                                                                                                                                                                         | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>c - Wagnis und Verantwortung</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>                                                                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Handlungssteuerung [c]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden [6 BWK 1.3]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                        | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                         | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklung, Durchführung und Reflexion eines Hindernisparcours zum Hangeln, Stützen, Klettern und Balancieren</li> <li>Takeshi</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Sachgerechter Auf- und Abbau von Geräten/Stationen = Geräteführerschein</li> <li>gruppenteilige Entwicklung des Hindernisparcours</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li></li> <li>Reflexion des Hindernisparcours</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren (<i>Lehrerinfo: motorische Basisqualifikationen</i>)</li> <li></li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklung einer Station innerhalb des Hindernisparcours</li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzung der Station</li> <li>Einbringen in die Gruppenarbeit</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li></li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>individueller Fortschritt</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Nummer des UVs im BF/SB: 5.2                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Duoturnen“ – Turnerische (Partner-)Gestaltungen an unterschiedlichen Geräten erarbeiten und präsentieren                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                        |
| BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltung [b]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                        |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Bewegungsverbindung aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebebalken) demonstrieren [6 BWK 5.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b1]</li> </ul> |                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                        |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres, verantwortungsbewusstes, synchrones Turnen an verschiedenen Geräten im Rahmen einer in Partnerarbeit gestalteten Kür</li> <li>• Anderen helfen und sie sichern (Helfergriffe)</li> <li>• Bewegungsbeschreibungen</li> <li>• Einstieg in und Abschluss einer Bewegungsfolge (z. B. Anfangshaltung oder Endposition)</li> <li>• Fließende Übergänge zwischen den Geräten</li> <li>• Sachgerechter Auf- und Abbau der Geräte</li> <li>• Andere/den Partner korrigieren</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsphasen</li> <li>• Synchronität</li> </ul> | <p>Erproben, Üben, Festigen und Anwenden normgebundener Turnelemente an ausgewählten Geräten (z.B. Großkasten, Boden, kleine Kästen mit Matten oder Langbank)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbinden von Turnelementen zu einer Kür bestehend aus Pflichtelementen (z. B. Rolle vw, Streck sprung, Handstand, Rad) und frei wählbaren Elementen</li> <li>• Synchrones Turnen mit Partner an der vorgegebenen Gerätekombination</li> <li>• Hilfestellungen lernen und anwenden</li> <li>• Vom Partner präsentierte Turnelemente nach ausgewählten Kriterien bewerten</li> <li>• Verschriftlichung der gestalteten Kür</li> <li>• Fachbegriffe</li> <li>• Sichern/ Sicherheitsstellung, Helfen/ Hilfestellung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende normgebundene (z. B. Aufhocken, Streck sprung, Hockwende) und normungebundene Turnelemente z.B. an Großkasten, Boden, kleine Kästen mit Matten oder Langbank; Pflichtelemente: z.B. Handstand, Rad</li> <li>• Verbindungselemente</li> <li>• Sachgerechter Auf- und Abbau der Geräte</li> <li>• Zielgerichtetes Aufwärmen</li> <li>• Helfen und Sichern</li> <li>• Kriterien für Partnerkorrektur</li> <li>• Variationen von Bewegung (räumlich, zeitlich, dynamisch)</li> <li>• Grundfertigkeiten Rollen, Stützen, Springen (Wdh.)</li> <li>• Normgebundene Turnelemente (z.B. Rolle vw, rw, Handstand, Rad, Standwaage, Hockwende)</li> <li>• Gestaltungskriterien</li> <li>• Helfergriffe</li> <li>• Stützphase</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Turnelemente erproben, üben, demonstrieren</li> <li>• Anwenden von Turnelementen in Turnkür</li> <li>• Helfergriffe beschreiben und anwenden</li> <li>• Beobachtungskriterien:</li> <li>• Auf- und Abbau</li> <li>• Aufwärmen</li> <li>• Individuelle Lernfortschritte</li> <li>• Helfen und Sichern</li> <li>• Kognitive Mitarbeit</li> <li>• Kooperation mit Partner/ Mitschülern</li> <li>• Positive Lernatmosphäre (Rücksichtnahme, Aufmerksamkeit, Konzentration)</li> <li>• punktuell:</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Präsentation einer selbst gestalteten Kür in einer Gerätekombination von z. B. drei Geräten</li> <li>• <u>Beobachtungskriterien:</u></li> <li>• Gestaltung/ Aufbau (Einstieg – Hauptteil – Abschluss, Art der Elemente und ihre Abfolge, Übergänge, Schwierigkeitsgrad, Berücksichtigung der Pflichtelemente)</li> <li>• Bewegungsausführung/ -qualität</li> <li>• Qualität der Verschriftlichung der Bewegungsfolge</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dauer des UVs: 4                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Nummer des UVs im BF/SB: 5.3                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Trau mich nicht – kann das nicht“ – Der Sicherheitsaspekt im Turnen als Grundlage für die schrittweise Entwicklung eines turnerischen Selbstvertrauens                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                             |
| BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>c - Wagnis und Verantwortung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                     | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• verlässlich verbale und nonverbale Unterstützung bei sportlichen Handlungssituationen geben und gezielt nutzen [6 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache sportliche Wagnissituationen für sich situativ einschätzen und anhand ausgewählter Kriterien beurteilen [6 UK c1]</li> </ul> |                                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                             | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres, verantwortungsbewusstes Turnen an verschiedenen Geräten</li> <li>• Das eigene Leistungsniveau erkennen und neue Herausforderungen als Chance begreifen</li> <li>• Veränderung an Aufbauten zur schrittweisen Hinführung einer guten Übung (z.B. Sprung)</li> <li>• Einsatz von sach- und situationsgerechter Sicherheits- und Hilfestellungen</li> <li>• Partnerschaftliches Miteinander</li> <li>• Verantwortungsbewusstsein für den Turner</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiger Aufbau und Sicherheitscheck</li> <li>• Deduktive Herangehensweise - Lehrerpräsentation vor SchülerInnen Übung</li> <li>• Sicherheitsgriffe benötigen Übungszeit und Wiederholungen</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende normgebundene (z. B. Aufhocken, Strecksprung, Hockwende) und normungebundene Turnelemente z.B. an Großkasten, Boden, kleine Kästen mit Matten oder Langbank; Pflichtelemente: z.B. Handstand, Rad</li> <li>• Aufbauten vereinfachen Lernweg (z.B. Mattengasse beim Rad etc.)</li> <li>• Unterstützende Wirkung bei Helfergriffen, möglicherweise gefährdende Wirkung bei falscher Anwendung (z.B. Griff in Gelenke, fehlende Grifffestigkeit etc.)</li> <li>• Schnelles und richtiges Reagieren</li> <li>• Verhältnis zwischen Körpergröße und Kraft</li> <li>• Grundfertigkeiten Rollen, Stützen, Springen (Wdh.)</li> <li>• Normgebundene Turnelemente (z.B. Rolle vw, rw, Handstand, Rad, Standwaage, Hockwende) (Wdh.)</li> <li>• Ganzer und halber Klammergriff</li> <li>• Klammergriff als Drehgriff (vw/rw)</li> <li>• Sandwichgriff</li> <li>• Stützgriff</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterrichtsbegleitend:</li> <li>• Turnelemente erproben, üben, demonstrieren</li> <li>• Helfergriffe beschreiben und anwenden</li> <li>• Beobachungskriterien:</li> <li>• Auf- und Abbau</li> <li>• Individuelle Lernfortschritte</li> <li>• Kognitive Mitarbeit</li> <li>• Kooperation mit Partner/ Mitschülern</li> <li>• Positive Lernatmosphäre (Rücksichtnahme, Aufmerksamkeit, Konzentration)</li> <li>• punktuell:</li> <li>• Ausführungsqualität der Griffe und Unterstützungsaktivität der Helfenden</li> <li>• Schnelles und richtiges Reagieren</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nummer des UVs im BF/SB: 1.4 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Laufen ohne zu schnaufen“ – Laufspiele und erste ausdauernde Läufe zur Verbesserung der Körperwahrnehmung                                                                                                                                                                                                                                                           |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                              |
| BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |  | Inhaltsfelder:<br>f - Gesundheit                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>aerobe Ausdauerfähigkeit</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                               |  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15', beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15', Aerobic 15', Radfahren 30) erbringen [6 BWK 1.4]</li> </ul> |  | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                           | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                         | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Finden eines individuell angemessenen Lauftempos („ohne zu schnaufen“)</li> <li>Laufspiele (z.B. Chaosspiel)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Pulsmessungen</li> <li>sukzessives Erhöhen der Laufzeit auf 15 min</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Pulsmessungen</li> <li>Sicheres Laufen auch auf ungleichmäßigem Untergrund (z. B. Waldboden)</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausdauer</li> <li>Herzfrequenz/Puls</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>sukzessives Erhöhen der Laufzeiten</li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufen ohne Pause</li> <li>- gleichmäßiges Tempo</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>15 min durchgehend laufen</li> </ul> <p>➔ Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- s. o.</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Nummer des UVs im BF/SB: 3.2. 3.3 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| Thema des UV: „Höher, schneller, weiter“ – einen leichtathletischen Wettkampf individuell vorbereiten und gemeinsam planen und durchführen                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                   |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Inhaltsfelder:<br>d - Leistung    |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>                                                                                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                   |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> <li>einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampfverhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> <li>psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Methoden zur Erfassung von körperlicher Leistungsfähigkeit anwenden [6 MK d1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul> |                                   |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leichtathletische Disziplinen auf grundlegendem Fertigniveau beherrschen.</li> <li>• Grundlegende Wettkampfregeln in den leichtathletischen Disziplinen kennen und umsetzen.</li> <li>• Messverfahren anwenden</li> <li>• Die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen, anerkennen und verbessern</li> <li>• Unterschied von Übungs- und Wettkampfsituationen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben, Wiederholen der leichtathletischen Disziplinen</li> <li>• Individueller Lernfortschritt</li> <li>• Erarbeitung von einfachen Technikmerkmalen in leichtathletischen Disziplinen.</li> <li>• Entwickeln eines Wettkampfmodus (z.B. Dreikampf)</li> <li>• Planung, Durchführung und Auswertung eines Wettkampfes</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Benennung grundlegender Technikmerkmale in leichtathletischen Disziplinen (z.B. Steigerungslauf beim Anlauf im Weitsprung).</li> <li>• Vergleichbarkeit der unterschiedlichen Leistungen und Einordnen in ein Bewertungsschema.</li> <li>• Wettkampfstätten sicher auf- und abbauen</li> <li>• Verantwortung für einen fairen Wettkampf übernehmen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfregeln</li> <li>• Benennung der disziplinimmanenten Bewegungen und Geräte</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Trainingsbereitschaft bei eigenständigem Üben und Entwicklung der disziplinspezifischen Leistungsfähigkeit</li> <li>- Kenntnis von Wettkampfregeln</li> <li>- Bereitschaft zur Übernahme von Verantwortung für die Wettkampfstätten</li> <li>- Mitarbeit bei der Entwicklung eines Wettkampfmodus</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewertung der sportartenspezifischen Leistungsfähigkeit im Rahmen eines leichtathletischen Wettbewerbs (z.B. Dreikampf)</li> <li>- Demonstrieren der erlernten Techniken</li> <li>- Mitarbeit bei der Durchführung eines Wettkampfes</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 6                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nummer des UVs im BF/SB: 7.2                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: Gewinnen um jeden Preis? Wir bleiben fair! – Planung und Durchführung von Spielturnieren (Badminton/Basketball)                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                  |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhaltsfelder:<br>d - Leistung<br>e - Kooperation und Konkurrenz |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrationsfähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2]</li> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> <li>• psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Handlungs- und Spielsituationen hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Einhaltung von Regeln und Vereinbarungen, Fairness im Mit- und Gegeneinander) auf grundlegendem Niveau bewerten [6 UK e1]</li> </ul> |                                                                  |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anwendung eines Sportspiels und der dazugehörigen Techniken und Regeln bei der Planung, Durchführung und Auswertung eines Turniers</li> <li>Erproben und Anpassen von individual- und mannschaftstaktischen Spielstrategien</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Organisationsaspekte</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Anwendung erlernter sportartspezifischer Fertigkeiten und Fähigkeiten unter besonderer Berücksichtigung der Kooperation</li> <li>Korrelation von Leistungsniveau und Regeln</li> <li>eigenständige Überwachung der Regeleinhaltung durch wechselseitige Schiedsrichtertätigkeit</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiel- und Turnierpläne</li> <li>Leistungsniveau</li> <li>Kooperation</li> </ul> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Organisation von Spielturnieren im Badminton und Basketball</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vorrunde/Endrunde</li> <li>Jeder gegen Jeden/Ranglistenturnier</li> <li>Kaiserturnier</li> <li>Losturnier</li> <li>KO-Turnier</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Beteiligung an der Konzeption und Organisation</li> <li>Fairplay und Regeleinhaltung</li> <li>Schiedsrichtertätigkeit</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion unterschiedlicher Turnierformen</li> <li>Organisationsfähigkeit</li> <li>Regelkenntnis und Durchsetzungsvermögen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 2.1                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Unsere kleinen Spiele“ – Erarbeitung der Rahmenbedingungen einfacher Bewegungsspiele, selbstständige Organisation und Durchführung sowie Veränderung, Weiterentwicklung und Bewertung ‚kleiner Spiele‘                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                               |
| BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                            | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul> |                                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kleine Spiele mit unterschiedlichen Materialien / Geräten</li> <li>- und inhaltlichen Zielsetzungen</li> <li>- Erfinden, abwandeln, anwenden</li> <li>- Spielregeln und Fairness</li> <li>- Faires Verhalten</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielregeln / Regelkatalog</li> <li>- Spielidee</li> <li>- Fairness</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lerngruppenorientierte Entwicklung von Spielen</li> <li>- Vom Abwandeln bekannter bis zum Entwickeln neuer Spielformen</li> <li>- Selbstständiger Umgang mit Materialien</li> <li>- Regeländerungen durchführen aufgrund von Beobachtungen</li> <li>- Beobachtungsbögen nutzen</li> <li>- Rollenaufträge umsetzen (Auftragskarten)</li> <li>- Erfundene Spiele präsentieren und praxisgeleitet bewerten</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Beobachtungsbogen</li> <li>- Rollenauftrag</li> <li>- Auftrags-/Arbeitskarte</li> <li>- Vom Bekannten zum Unbekannten</li> </ul> | <p>reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielidee der kleinen Spiele</li> <li>- Spielregeln und deren Bedeutung für ein faires Miteinander</li> <li>- Schiedsrichter- und Spielleitungsfunktion</li> <li>- Mannschaftsbildung</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Schiedsrichter*innen / Spielleitung</li> <li>- Regeln</li> <li>- Fair Play</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielregeln einhalten /faires Verhalten</li> <li>- Spielregeln sinnvoll verändern</li> <li>- Mündliche Beiträge in den Reflexionsphasen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Spielleitungsaufgaben erfüllen</li> <li>- Beobachtungen machen</li> <li>- Rollenaufträge umsetzen</li> <li>- Diskutierfähigkeit in der Gruppe</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ausfüllen der Beobachtungsbögen</li> <li>- Umsetzung der Rollenaufträge</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nummer des UVs im BF/SB: 4.1 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Schwimmboje oder Torpedo?“ Bewegungsgrundsätze von Wechsel- oder Gleichzugtechniken                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
| BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen                                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                              |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"><li>Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                      | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"><li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li><li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li><li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen<br>BWK <ul style="list-style-type: none"><li>eine Wechselzug- oder eine Gleichzugtechnik einschließlich Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen<br>SK <ul style="list-style-type: none"><li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li><li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li></ul><br>MK <ul style="list-style-type: none"><li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li></ul><br>UK <ul style="list-style-type: none"><li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li></ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                 | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Z. B. Crawl- oder Rückencrawltechnik mit Atmung, Start und Wende</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Von einfachen zu komplexen Übungen</li> <li>• Erlernen von Bewegungen unter Anleitung mit Unterstützung von Auftriebshilfen und Bildreihen (u.a.)</li> </ul><br><b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bildreihe</li> </ul> | <b>Gegenstände</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsformen zu</li> <li>• Armzug</li> <li>• Beinschlag</li> <li>• Kopplung</li> <li>• Atmung</li> <li>• Start</li> <li>• Wende</li> </ul><br><b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleichzug / Wechselzug</li> <li>• Wechselatmung</li> <li>• Drehwende</li> <li>• Rollwende</li> </ul> | <b>prozessbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen von Bewegungsaufgaben</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen einer Technik zeigen</li> <li>• Beachten der Verhaltensregeln</li> </ul><br><b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Techniküberprüfung</li> <li>• (Beobachtungs-) Kriterien: <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Rhythmus</li> <li>○ Koordination</li> <li>○ Dynamik</li> <li>○ Bewegungsfluss</li> </ul> </li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                       | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Nummer des UVs im BF/SB: 4.2                                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Rette mich wer kann!“ Gefahrensituationen im Wasser bewältigen und Techniken des Rettungsschwimmens kennenlernen                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                             |
| BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>c - Wagnis und Verantwortung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                             | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremddrettung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul> |                                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                             | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verdeutlichung der Notwendigkeit der Rettungsfähigkeit</li> <li>• Vermittlung des Rettungsschwimmens</li> <li>• Schwimmunterrichtsspezifischer Organisationsrahmen</li> </ul> <p><b>Operatoren</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beschreiben</li> <li>• Erklären</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfeverpflichtung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Finden und Erproben von Rettungsmaßnahmen (Abschleppen, Transportieren u.a.) in KG</li> <li>• Kurz-Referate zu verschiedenen Techniken durch SuS-Experten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bildreihe</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lösen von Krämpfen durch Selbstrettung</li> <li>• Transportieren / Abschleppen einer ermüdeten / bewusstlosen Person im Wasser</li> <li>• Schwimmen mit Kleidung</li> <li>• Befreiungstechniken</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schieben</li> <li>• Ziehen</li> <li>• Schleppen</li> <li>• Standardschleppgriffe</li> <li>• Befreiungstechniken</li> <li>• An-Land-Hol-Technik</li> <li>• Bergen im Hallenbad</li> </ul> | <p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzen von Bewegungsaufgaben</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen einer Technik zeigen</li> <li>• Beachten der Verhaltensregeln</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung auszuwählender Techniken</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Nummer des UVs im BF/SB: 6.1                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Be confident!“ – Eine eigene Choreografie mit oder ohne Handgerät zu einem vorgegebenen Thema erarbeiten und präsentieren.                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                        |
| BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                        |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete gymnastische Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (Ball, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul> |                                                                                        |

| <b>Didaktische Entscheidungen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Methodische Entscheidungen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Leistungsbewertung:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Einsatz von Beobachtungsbögen und verbale Korrektur.<br/>Ein Einsatz von digitalen Medien ist möglich –<br/>z.B. Videoanalyse</p> <p>Ziel: Vergleich unterschiedlicher analoger und digitaler Tools und Bewertung des Nutzens<br/>a) für den motorischen Lern- und Übungsprozess<br/>b) im Blick auf die Entwicklung von Medienkompetenz<br/>Einsatz von Tablets oder Smartphones</p> | <p>Basischoreografie (Pflicht nach Vorgabe durch die Lehrkraft) plus eigene Gestaltung (Kür) um- und neugestalten</p> <p>Orientierung am MKR</p> <p>eigenverantwortliches Arbeiten auch mit Tablets oder Smartphones<br/>a) Stationen<br/>b) Lerntheke</p> <p>Feedback<br/>a) durch Gruppe<br/>b) durch Lehrer</p> <p>Kriterien geleitet mit Blick auf die Bewegungsqualität</p> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Beurteilung des jeweils eingesetzten Tools mit Vor- und Nachteilen sowie Vergleich der Tools im Verlauf des UVs</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Selbsteinschätzung</p> <p>Fremdeinschätzung</p> <p>Ausführungskriterien</p> <p>Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p><input type="checkbox"/> Arbeitsverhalten und Arbeitseinsatz im Gestaltungsprozess</p> <p><input type="checkbox"/> Mitarbeit in Phasen der reflektierten Praxis</p> <p><input type="checkbox"/> Dokumentation im Reader punktuell:<br/>auf Basis (videogestützter) Auswertung und Punktevergabe innerhalb der Gruppen (Ranking + Anteil an der Gruppengestaltung) durch die Lehrkraft</p> <p>Lehrkraft bewertet die individuelle Bewegungsqualität<br/>Beobachtungsschwerpunkte</p> <p><input type="checkbox"/> Umsetzung der formalen Vorgaben und der gemeinsam festgelegten Ausführungskriterien</p> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nummer des UVs im BF/SB: 5.1 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: Jeder was er kann ... - Einführung grundlegender turnerischer Elemente an verschiedenen Geräten und Erlernen von Basisgriffen zum verantwortungsbewussten Helfen und Sichern                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
| <b>BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>c - Wagnis und Verantwortung</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                             | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c] <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• turnerische Grundelemente auf technisch-koordinativ grundlegendem Niveau unter Berücksichtigung eines weiteren Turngeräts demonstrieren [10 BWK 5.1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                  | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Boden: Rolle vw, Rolle rw, Handstand</li> <li>- Sprung: Aufhocken, Überhocken, Grätschen am Bock, Kasten, Pferd</li> <li>- Reck: Aufschwung, Umschwung, Unterschwingung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Vom Aufknien zur Hocke mit Hilfestellung</li> <li>- Absprungschule, Rhythmisierung des Absprungs, beidbeiniger Absprung</li> <li>- Aufschwung mit Hilfsmitteln (kl. Kasten, Kastenoberteil)</li> <li>- Krafttraining zur Verbesserung der Stützkraft</li> <li>- Verschiedene Formen des Rollens mit Gerätehilfen</li> <li>- Einführung von Helfergriffen, wichtigste Grundregeln des Helfens und Sicherns</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Helfen und Sichern im verantwortungsbewussten Umgang miteinander</li> <li>- Verletzungsprophylaxe durch gezieltes Aufwärmen und eine realistische Selbsteinschätzung</li> <li>- Bewegungsanalyse und Bewegungskorrektur</li> <li>- Gerätekunde, richtiges Auf- und Abbauen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Helfergriffe</li> <li>- Bewegungsbeschreibung</li> <li>- Anatomie</li> <li>- Biomechanik</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- anderen gezielt Hilfestellung geben</li> <li>- verantwortungsbewusst auf- und abbauen</li> <li>- individueller Fortschritt an verschiedenen Geräten</li> <li>- Bewegungsrückmeldung geben, erhalten und umsetzen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Präsentation isolierter Elemente</li> <li>- Präsentation von kleinen Verbindungen</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|
| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                      | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Nummer des UVs im BF/SB: 3.1                                |
| Thema des UV: Auf die Plätze, fertig, los... – Technikverbesserung bei klassischen leichtathletischen Disziplinen                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                             |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>                                                            | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeiteniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> </ul> |                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                         | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Starten und Sprinten, Erprobung verschiedener Startmöglichkeiten zum Sprint</li> <li>- Startkommando</li> <li>- 50m, 75m, 100m Sprints</li> <li>- Einführung des Startblocks</li> <li>- Staffelläufe</li> <li>- Vertiefung Weitsprung</li> <li>- Phaseneinteilung Anlauf, Absprung, Landung</li> <li>- Unterschiede des Stoßens zum Werfen erleben</li> <li>- Hinführung zum Kugelstoßen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lauf-ABC</li> <li>- Sprintschule</li> <li>- Staffelspiele</li> <li>- Vergleich verschiedener Sprungtechniken</li> <li>- Bewegungsanalyse Sprung und Stoß</li> <li>- Fehlerkorrektur mithilfe von Korrekturbögen und oder mittels Videofeedback</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Rhythmisch laufen, Entwicklung eines harmonischen Laufstils</li> <li>- Abstimmung von Anlauf und Absprung</li> <li>- Startkommando</li> <li>- Unterschiede Stoßen und Werfen</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tiefstart, Hochstart</li> <li>- Staffelübergabe</li> <li>- Sprungphasen</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Bewegungsverbesserung und Phaseneinteilung mithilfe von Korrekturbögen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprintwettkampf</li> <li>- Sprungwettkampf</li> <li>- Stoßtechnik</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 7                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Nummer des UVs im BF/SB: 7.1                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: How to play – get ready to cooperate and compete                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                               |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b><br><br>sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [BWK 7.1] <ul style="list-style-type: none"> <li>• in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau taktisch-kognitive Fähigkeiten und technisch-koordinative Fertigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul> |                                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Fokussierung auf das Spielen in vereinfachten Regelstrukturen</p> <p>Hinführung auf die Anforderungen in großen Sportspielen und in größeren Teams</p> <p>Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung</p> <p>Verbesserung der „motorischen Intelligenz“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung</li> <li>• Fokussierung auf das Volley-Spielen mit beiden Händen</li> <li>• Hinführung auf die Anforderungen in großen Sportspielen – in größeren Teams</li> </ul> | <p>Spielformen mit möglichst isolierter Anforderung</p> <p>Wechsel von Übungs- und Spielformen</p> <p>Spielen mit wechselnden Partnern und Gegnern</p> <p>Übungsstationen mit Niveaudifferenzierten Übungen</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen mit möglichst isolierter Anforderung</li> <li>• Spielen mit wechselnden Partnern</li> <li>• Variation von Einzelübungen und Spiel- und Übungsformen in der Gruppe</li> <li>• Wechsel von Übungs- und Spielformen</li> <li>• Offener Unterrichtseinstieg mit freier Übungs- und Lernzeit</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <p>Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen</p> <p>Situationsangemessenes Spielverhalten</p> <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualitätsmerkmale von Bewegung</li> <li>• Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen</li> <li>• Situationsangemessenes Spielverhalten</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordination, Technik und Taktik</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK)</p> <p>Benennen und urteilen von Situationen als Ausdruck für Fairness und Kooperation (SK und UK)</p> <p>Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen</p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen (BWK)</li> <li>• Benennen und beurteilen von Situationen als Ausdruck für Fairness und Kooperation (SK und UK)</li> <li>• Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen</li> <li>• Kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben</li> </ul> <p>punktuell:</p> <p>Beobachtungsschwerpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration von Übungen aus dem Bereich der (grundlegenden) koordinativen Basiskompetenzen (u.a. individuelle Verbesserung, Schwierigkeitsgrad der Übungen, Vielfältigkeit der Übungen - Repertoire)</li> </ul> <p>(BWK)</p> |

| Jahrgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nummer des UVs im BF/SB: 1.1 1.2 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|
| <b>Thema des UV:</b><br><b>„Mehr als nur Runden laufen!“ –</b><br><b>Aufwärmprogramme als Vorbereitung auf unterschiedliche Sportarten selbstständig planen, durchführen und reflektieren</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                  |
| <b>BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b><br><b>f - Gesundheit</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                  |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                  |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert - allgemein und sportartspezifisch - aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> <li>• ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> <li>• Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psycho-physischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul> für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]<br><b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul> |                                  |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Funktionen des Aufwärmens erarbeiten</li> <li>• Elemente und Phasen des Aufwärmens</li> <li>• Funktionalität einzelner Aufwärmübungen überprüfen und beurteilen</li> <li>• Kriterien für Aufwärmprogramme</li> <li>• Selbstständige Zusammenstellung und Durchführung eines sportartspezifischen Aufwärmprogramms</li> <li>• Beurteilung der Funktionalität und Effektivität von durchgeführten Aufwärmprogrammen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- selbstständige Planung, Gestaltung und Durchführung von Aufwärmphasen im Unterricht</li> <li>- Ein Aufwärmprogramm kriteriengeleitet beurteilen</li> <li>- Dehnen als sinnvolles Element im Aufwärmprogramm?!</li> <li>- Effektivität von koordinativen Übungen im Aufwärmprogramm</li> <li>- Variation von Aufwärmprogrammen je nach Sportart!</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Aufbau eines sportartenspezifischen Aufwärmprogramms</li> <li>- Aufwärmspiele</li> <li>- Koordinationsübungen/-training</li> <li>- Dehnen (Dehntechniken)</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sportartspezifisches Aufwärmen</li> <li>- Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>- Dehntechniken</li> <li>- Feedback</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- selbstständiges Arbeiten mit Arbeitsmaterialien</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- korrekte Ausführung der Übungen</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestaltung eines sportartspezifischen Aufwärmprogramms</li> <li>- Auswahl von funktionellen Übungen</li> <li>- Demonstrationsfähigkeit</li> <li>- Situations- und sachgerechte Korrektur von durchgeführten Übungen bei Mitschülerinnen und Mitschülern</li> <li>- Beurteilung der Effektivität von unterschiedlichen Aufwärmprogrammen / -übungen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Nummer des UVs im BF/SB: 7.2 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Wo sind meine Mitspieler?“ – Individual und Mannschaftstaktik am Beispiel unterschiedlicher großer Spiele erlernen und verbessern                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                              |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                             | Inhaltsfelder:<br>e - Kooperation und Konkurrenz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"><li>Mannschaftsspiele (Basketball, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li></ul>                                                                                                                                                                          | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"><li>Interaktion im Sport [e]</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen<br>BWK <ul style="list-style-type: none"><li>sich in einfachen spielorientierten Handlungssituationen durch Wahrnehmung von Raum, Spielgerät und Spielerinnen und Spielern taktisch angemessen und den Regelvereinbarungen entsprechend verhalten [6 BWK 7.2]</li></ul> | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen<br>SK <ul style="list-style-type: none"><li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li></ul><br>MK <ul style="list-style-type: none"><li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li><li>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li></ul><br>UK <ul style="list-style-type: none"><li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li></ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                  | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schulung taktischer Elemente in den betreffenden Spielen</li> <li>• Allgemeine und spezielle Spielfähigkeit</li> <li>• </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weiterentwicklung und situationsgerechte Anwendung von Fertigkeiten</li> <li>• Einsatz und Anwendung taktischer Fähigkeiten im Zielspiel</li> <li>• Überzahl- und Gleichzahlspiel</li> <li>• Abgeänderte Spielformen</li> <li>• Variation der Spielfeldgröße, der Mannschaftsgröße</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organisation des Zusammenspiels</li> <li>• Situationsangemessenes Spielverhalten</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mann-Mann- und Zonen- bzw. Raumverteidigung`</li> <li>• Angriffs- und Abwehrverhalten</li> <li>• Aufstellungsformen (u.a. „Dreier-/Viererkette“)</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorischer Lernfortschritt</li> <li>• Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen</li> <li>• Entwicklung der Teamfähigkeit</li> <li>• Leistungsbereitschaft</li> <li>• Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung von motorischen Fertigkeiten und taktischen Fähigkeiten in Überzahl- und Gleichzahlspielen</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Nummer des UVs im BF/SB: 6.2                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Die TänzerInnen aus der ersten Reihe?“ – Entwicklung einer Gruppenchoreografie mit besonderer Rücksicht auf das Gestaltungskriterium Raum                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                        |
| BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b><br>Wählen Sie ein Element aus. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>                                                                                                                                                                                         | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                        |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. Hip-Hop, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul> |                                                                                        |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswahl von passender Musik (verbindliches Musikstück für alle oder frei wählbar)</li> <li>• Selbstständiges Erlernen vielfältiger Grundschrirte und Ausgangspositionen</li> <li>• Lernen am Beispiel – Erarbeitung einer Basischoreografie als Beispiel zur Verdeutlichung des Aufbaus einer Choreografie</li> <li>• Elemente Einstieg und Abschluss einer Choreografie</li> <li>• Variation der Basischoreografie in der Gruppe und Präsentation</li> <li>• Kriteriengeleitet eine Choreografie erarbeiten und für eine Präsentation vorbereiten</li> <li>• Bewegungsbeschreibung</li> <li>• Präsentation der Step-Choreografie</li> <li>• Beurteilung der eigenen Leistung</li> <li>• Feedback geben (Bewegungsqualität und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen)</li> <li>• Grundlegende Aspekte der Gesundheitsförderung und gesundheitliche Auswirkungen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fitness</li> <li>• Ausdauer</li> <li>• Gestaltungskriterien besprechen und für die Leistungsbewertung festlegen</li> <li>• Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung)</li> <li>• Ausführungskriterien (z.B. Synchronität)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auf Basis von Lernkarten Bewegungen selbständig erarbeiten</li> <li>• Vorgegebene Bewegungen und Bewegungsabfolgen variieren</li> <li>• Mit dem Partner/in der Gruppe den Lernprozess selbständig planen und zielgerichtet umsetzen</li> <li>• Erproben und gegenseitiges Demonstrieren ausgewählter Bewegungen</li> <li>• Kriteriengeleitet Feedback geben, erhalten und Tipps umsetzen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernkarten</li> </ul> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Aufwärmen mit dem Step</li> <li>• Ausführungskriterien Step-Schritt</li> <li>• Erlernen der Grundschrirte</li> <li>• Erlernen der Ausgangspositionen (z.B. vor/neben/hinter dem Step)</li> <li>• Erlernen der verschiedenen Armbewegungen</li> <li>• Aufstellungsformen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundschrirte</li> <li>• verschiedene Ausgangspositionen</li> <li>• verschiedene Armbewegungen</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbständige Planung und Umsetzung des eigenen Lernprozesses</li> <li>• Bewegungen demonstrieren, beschreiben und variieren (L4)</li> <li>• Hilfsbereitschaft und Einbindung aller Gruppenmitglieder in die Gestaltung (L17)</li> <li>• Ausführungsqualität (L4)</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation der Step-Choreografie (L2/L4)</li> <li>• Verschriftlichung der Choreografie (L2/L4)</li> <li>• Kriteriengeleitetes Feedback zur Bewegungs- und Gestaltungsqualität geben (L 9/L10)</li> <li>• Kriteriengeleitetes Feedback zur Bewegungs- und Gestaltungsqualität annehmen und Verbesserungsvorschläge zielgerichtet umsetzen (L9/L10)</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung (Einstieg, Hauptteil, Schluss)</li> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Ausführungskriterien</li> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Variabilität</li> <li>• Veränderung der Basischoreografie (Komplexität)</li> </ul> |

| Jahgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                               | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Nummer des UVs im BF/SB: 5.2                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: Menschenpyramiden – Grundsätzliche technische und gestalterische Aspekte der Akrobatik                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                        |
| BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatik</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                 | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>• Gestaltungskriterien [b]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                        |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbst entwickelte akrobatische Gruppengestaltung präsentieren [10 BWK 5.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul> |                                                                                        |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• motorische Grundanforderungen ausführen und variieren</li> <li>• sachgerechter Auf- und Abbau</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Basisakrobatik</li> <li>• Gruppenakrobatik</li> <li>• (Menschen-) Pyramidenbau</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und gegenseitiges Präsentieren (norm-ungebundener) Akrobatik-Elemente</li> <li>• Hilfe- und Sicherheitsstellungen exemplarisch kennenlernen und anwenden</li> <li>• Differenzierungen (z. B. über Kastenhöhen)</li> <li>• gegenseitiges Bewerten nach einem gemeinsam entwickelten Kriterienkatalog</li> <li>• wenn möglich: Dokumentation der Präsentation und entsprechende Vorführung (z. B. von Fotos einer Pyramide oder einer Videoaufnahme)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsstellung</li> <li>• Hilfestellung</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sachgerechter Auf- und Abbau der akrobatischen Figuren</li> <li>• zielgerechtes Aufwärmen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterpersion (Basis) - Oberperson</li> <li>• Bank, Stuhl, Galionsfigur, Flieger</li> <li>• Pyramide</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Körperschwerpunkt (KSP)</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Akrobatikfiguren beschreiben</li> <li>• Akrobatikfiguren (entwickeln und) demonstrieren</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Planung, Erprobung und Vorführung einer akrobatischen Gruppenpräsentation</li> <li>• Bewertung nach von der Gesamtgruppe entwickelten Gestaltungs- und Durchführungskriterien</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                                                               | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Nummer des UVs im BF/SB: 3.2                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „auf höchstem Niveau?!“ – In neuen leichtathletischen Disziplinen wie Hochsprung, Kugelstoßen oder Hürdenlauf Fähigkeiten und Fertigkeiten des Körpers einschätzen lernen                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                             |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>d - Leistung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                   | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoß, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul> |                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen</li> <li>• Merkmale der Disziplinen erläutern</li> <li>• Messverfahren sachgerecht anwenden</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsbeschreibung</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernaufgaben zum Erlernen der Technik sowie Recherche über die Technik</li> <li>• Erproben versch. Stoß- und Laufmöglichkeiten</li> <li>• selbständig. üben u. trainieren allein u. in Gruppen</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Wettkampfregeln</li> </ul> | <p>Gegenstände</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoßen aus unterschiedl. Lagen u. Mit unterschiedl. Geräten</li> <li>• Standstöße u. Stöße aus dem Angleiten</li> <li>• Hürdenläufe im 5er- u. 3er-Rhythmus</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Angleiten/ Blockieren/ Stoß</li> <li>• Schwungbein/ Nachziehbein/ 3er- u. 5er-Rhythmus</li> </ul> | <p>prozessbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigenständiges Üben</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Wettkampfregeln in die Praxis umsetzen</li> <li>• Darstellung der Techniken (auch in der Theorie)</li> </ul> <p>punktuell:<br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung des Kugelstoßens (Technik und Weite) und der Hürdentechnik</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Nummer des UVs im BF/SB: 9.1                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Mehr als Beinchen Stellen“ – Vertiefung der Techniken beim Ringen und Kämpfen und der respektvolle Umgang mit dem Gegner                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                               |
| BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>f - Gesundheit |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> </ul> |                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Regelvorgaben und -entwicklungen für einen fairen und sicheren Kampf</li> <li>- Technikvermittlung aus dem Kampfsport (z.B. Judo)</li> <li>- Partnerfeedback anhand von Beobachtungsbögen</li> <li>- Selbst- und Fremdeinschätzung der Leistungsfähigkeit</li> <li>- Schiedsrichtertätigkeit</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gegenseitiges Vermitteln von Techniken (Schüler helfen Schülern)</li> <li>• Beobachtungsbögen</li> <li>• Technikanwendung im Zweikampf</li> <li>• Schiedsrichtertätigkeit</li> <li>• Beobachtung und Bewertung des Kampfverhaltens</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Feedback</li> <li>• Stopp-Regel</li> <li>• Kampftechnik</li> <li>• Kampftaktik</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die eigene Kraft kennen und einsetzen lernen</li> <li>• Gegenkraft ausnutzen</li> <li>• Im Kampf für den Gegner und dessen Gesundheit verantwortlich sein</li> <li>• Regeln und Schiedsrichtertätigkeit</li> <li>• Zweikämpfe im Kniestand und Stand</li> <li>• Technik (Halten, Befreien, Fallen)</li> <li>• Haltetechnik (z.B. Kesa Gatame, Mune Gatame)</li> <li>• Taktik (Blocken, Fintieren, Ausweichen)</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Haltegriffe: Kesa Gatame, Mune Gatame</li> <li>• Befreiungstechniken</li> <li>• Blockieren</li> <li>• Gegenkraft</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lernengagement</li> <li>• Beachten der Sicherheitsregeln</li> <li>• Beachten des Fairnessgedankens</li> <li>• Adaption der technischen Anforderungen</li> <li>• Taktisches Verhalten im Kampf</li> <li>• Anwenden der Feedbackregeln</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technikdemonstrationen (Fallen, Halten, Befreien)</li> <li>• Taktisches Verhalten im Kampf</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführung der Bewegungen</li> <li>• Anwenden von sinnvollen taktischen Maßnahmen (Blocken, Fintieren, Ausweichen)</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Nummer des UVs im BF/SB: 8.2,8.1                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Gas, Bremse und Gleichgewicht“ – Radfahren durch einen Hindernisparcours, im Pumptrack und im Wald                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                             |
| BF/SB 8: Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/<br>Bootssport/Wintersport                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>c - Wagnis und Verantwortung |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten oder Gleiten und Fahren auf dem Wasser oder Gleiten und Fahren auf Eis und Schnee</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>▫ Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>▫ Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gerätespezifische, technisch-koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]</li> <li>• sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul> |                                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Methodische Entscheidungen                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Inhalte</p> <p><u>Fahren im Parcours:</u><br/>Schulung der koordinativen Fähigkeiten (Gleichgewicht, Orientierungsfähigkeit, Reaktionsfähigkeit)<br/>Kurvenfahren, Bremsen, Beschleunigen, unterschiedliche Geschwindigkeiten, möglichst langsam, einhändig, freihändig</p> <p><u>Fahren im Pumptrack:</u><br/>Gefahren und Risiken, Sicherheitsaspekte, Ausgleichsbewegungen des Körpers</p> <p><u>Fahren im Wald zum Canyon:</u><br/>Sicherheitsaspekte, Verhaltensweisen im Wald und in Naturschutzgebieten,</p> <p>Fachbegriffe<br/>"Dorfkrug" (koordinative Fähigkeiten)</p> | <p>Lerntandems (Expertenlernen)<br/>Partnerfeedback</p> <p>Fachbegriffe<br/>Partnerfeedback<br/>Lernassistenten</p> | <p>Gegenstände</p> <p>Anfahren, Bremsen, Kurvenfahren, Beschleunigen<br/>Sicherheitsaspekte und Verhaltensweisen</p> <p>Fachbegriffe<br/>Differenzierungsfähigkeit</p> <p>Orientierungsfähigkeit</p> <p>Reaktionsfähigkeit</p> <p>F</p> <p>Kopplungsfähigkeit</p> <p>Rhythmisierungsfähigkeit</p> <p>Umstellungsfähigkeit</p> <p>Gleichgewichtsfähigkeit</p> | <p>unterrichtsbegleitend:<br/>Sicherheitsregeln<br/>Lernen durch Lehren<br/>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anfahren</li> <li>• Bremsen</li> <li>• Kurvenfahren</li> <li>• Gleichgewicht</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p>punktuell:<br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einen Parcours sicher durchfahren</li> <li>• In der Pumptrack fahren</li> <li>• Im Wald und in der Gruppe sicher und verantwortungsbewusst fahren</li> <li>• Anfahren</li> <li>• Bremsen</li> <li>• Kurvenfahren</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Nummer des UVs im BF/SB: 7.4                                                                  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Schooon wiieeeder Basketball?“ – Alternative Sportspiele aus unterschiedlichen Kulturkreisen                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                               |
| <b>BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b><br>z.B. Streetball, Floorball, Korbball, Tchoukball, Baseball <ul style="list-style-type: none"> <li>• Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>                                                                                                                                                                                              | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>▫ Interaktion im Sport [e]</li> <li>▫ Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine Sportspielvariante (z.B. Floorball) o. ein alternatives Mannschafts-/Partnerspiel (z.B. Tchoukball) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven u. technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht u. situativ angemessen spielen (10 BWK 7.4]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul><br><ul style="list-style-type: none"> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul><br><b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul> |                                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Fokussierung auf das Spielen in vereinfachten Regelstrukturen bis zum Zielspiel (z.B. vom Brennball über das Baserunningspiel, "Schneller als der Ball", "Teeball" bis zum Softball)</p> <p>Hinführung auf die Anforderungen in großen Sportspielen und in größeren Teams (z.B. die eigene Rolle erkennen)</p> <p>Bei unbekannten Spielen die Spielidee erleben und begreifen</p> <p>Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung (z.B. Regelstrukturen anerkennen oder verändern können)</p> | <p>Sicherheitsaspekte:<br/>Vom Tennisball zum Softball, Wurf und Schlagrichtungen, Abstände</p> <p>Anwendung sportartspezifischer technischer Fertigkeiten und taktischer Fähigkeiten unter dem Aspekt der Regelkonformität</p> <p>Spielformen mit möglichst isolierten Anforderungen</p> <p>Wechsel von Übungs- und Spielformen</p> <p>Spielen mit wechselnden Partnern und Gegnern</p> | <p><u>Reflektierte Praxis:</u><br/>Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen</p> <p>Situationsangemessenes Spielverhalten</p> <p><u>Fachbegriffe:</u><br/>Spielidee</p> <p>z.B. beim Baseball:<br/>Fanghandschuhe mit "Tasche", (Home-)Base, Safe, Force-Out, Tag-Out, Fly-Out, Strike-Out, Innings,</p> | <p><u>unterrichtsbegleitend:</u><br/>Entwicklung der Teamfähigkeit</p> <p>Regelbewusstsein</p> <p>eigenverantwortliches Handeln</p> <p>Motivierung und Unterstützung der Sportunerfahrenen sowie die Anstrengungsbereitschaft während der Spiel- und Übungsphasen</p> <p>Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituationen</p> <p>Benennen und urteilen von Situationen als Ausdruck für Fairness und Kooperation</p> <p>Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen</p> <p><u>punktuell:</u><br/>Technik des Fangens und Werfens sowie Schlagen des Balls</p> <p>individueller Lernfortschritt</p> <p>Spielverhalten und Organisationsfähigkeiten im Spiel und bei Übungen</p> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                         | Dauer des UVs: 14                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 5.3 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Ein run im flow“ – Le Parkour und Freerunning unter dem Wagnisaspekt                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                              |
| BF/SB 5: Bewegen an Geräten – Turnen                                                                                                                                                                                                                      | Inhaltsfelder:<br>c - Wagnis und Verantwortung<br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                              |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"><li>Le Parkour</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                         | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"><li>Handlungssteuerung [c]</li><li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen<br>BWK <ul style="list-style-type: none"><li>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen<br>SK <ul style="list-style-type: none"><li>die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul><br>MK <ul style="list-style-type: none"><li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li><li>Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li></ul><br>UK <ul style="list-style-type: none"><li>komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li></ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorische Grundanforderung Springen ausführen und variieren</li> <li>• sachgerechter Auf- und Abbau klassischer Geräte und deren innovativ-kreativer Kombination</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Le Parkour / Parkoursport</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und gegenseitiges Demonstrieren normungebundener überwindender Sprünge und Landungen</li> <li>• Hilfe- und Sicherheitsstellungen exemplarisch kennenlernen und anwenden</li> <li>• Differenzierungen (z. B. über Hindernishöhen, Anzahl der Kombinationselemente...)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sichern / Sicherheitsstellung</li> <li>• Helfen / Hilfestellung</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Springen z.B. auf/über Matten, Kästen, Böcke, Weichböden, an Wände ... und deren Kombinationen</li> <li>• Landen / Abrollen</li> <li>• sachgerechter Auf- und Abbau der Geräte</li> <li>• zielgerechtes Aufwärmen</li> <li>• Helfen und Sichern im verantwortungsbewussten Umgang miteinander</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerätenamen</li> <li>• Aufwärmphasen</li> <li>• Aufwärmen allgemein/spezifisch</li> <li>• Einzelübungen: z.B. Tic-Tac (= Wandlauf oder wall run), Hockwende, ...</li> <li>• Helfergriffe</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprung-, Überwindungs- und Landebewegungen beschreiben und erklären</li> <li>• Sprung-, Überwindungs- und Landebewegungen demonstrieren</li> <li>• Sprung-, Überwindungs- und Lande-Arrangements kreieren</li> <li>• anderen gezielt Hilfestellung geben</li> <li>• verantwortungsbewusst auf- und abbauen</li> <li>• individueller Fortschritt an verschiedenen Geräten</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• z.B. Planung, Erprobung und Ausführung eines kleinen Le Parkour-Arrangements</li> <li>• Ausführen isolierter und/oder kombinierter Turnbewegungen bzw. Elementen. Bewertung:</li> <li>• z.B. nach geschafft / nicht-geschafft</li> <li>• z.B. nach Schwierigkeitsgrad</li> <li>• z.B. nach Kreativitätsaspekten</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Dauer des UVs: 12                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Nummer des UVs im BF/SB: 6.3                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Mein Körper erzählt eine Geschichte“ – Ausdrucksfähigkeit und Kreativität verbessern durch Spielarten und Grundzüge des Bewegungstheaters                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                        |
| BF/SB 6: Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/ Tanz, Bewegungskünste                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage)</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                        | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                        |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition aus einem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder Jonglage) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul> |                                                                                        |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                            | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                        | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kleingruppen planen, üben und präsentieren ein Bewegungstheater zu einem selbständig gewählten Gegenstand (z.B. ein Gedicht, eine Geschichte, eine selbsterlebte Situation...)</p> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges planen und einüben der Bewegungskomposition in den Gruppen</li> <li>• miteinander arbeiten</li> <li>• Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen-Mannschaftsbildungsprozessen nachvollziehen</li> <li>• Miteinander in der Gruppe zielgerichtet und kooperativ arbeiten</li> <li>• gestalterische Präsentation nach erarbeiteten Kriterien bewerten und den Mitschülern ein Feedback geben</li> </ul> <p>Fachbegriffe</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Kleingruppenarbeit (Gruppenbildung)</li> <li>• Feedback</li> <li>• Selbstständiges Arbeiten evtl. mit Lernkarten</li> <li>• Ausführungskriterien beschreiben und erläutern</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gestaltungskriterium „Raum“</li> <li>- Aufstellung und Formation</li> <li>- Beurteilungskriterien</li> <li>- Gestik/ Mimik/ Ausdruck</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>• Engagement und Motivation beim Erlernen und Üben</li> <li>• Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> <li>• Zusammenhalt der Gruppe</li> </ul> <p>punktuell:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Bewegungstheaters</li> <li>• Mitschüler anhand von Bewertungskriterien konstruktives Feedback geben</li> </ul> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Ausführungskriterien</li> <li>• Ausdruck</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Aufstellungsformen/Formationen</li> <li>• Variabilität</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Dauer des UVs: 20                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Nummer des UVs im BF/SB: 3.3                                                |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Jetzt zählt’s“ – technisch-koordinative und konditionell anspruchsvolle leichtathletische Wettbewerbe unter dem Aspekt Leistung (z.B. Hürdenlauf, Speerwurf und/ oder Schleuderball)                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                             |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>d - Leistung</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsplanung und Organisation [d]</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einen leichtathletischen Wettbewerb einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul> |                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfbregeln in den jeweiligen Disziplinen kennen und umsetzen</li> <li>• Messverfahren anwenden</li> <li>• Unterscheidung von Übungs- u. Wettkampfverhalten</li> <li>• Neue Disziplinen wie z.B. Hürdenlauf, Speerwurf und/ oder Schleuderball (Diskus) einführen</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfsituation</li> <li>• eigenverantwortlich und selbständig trainieren</li> <li>• Beobachtungsbögen als Korrekturmöglichkeit für häufige Fehlerbilder</li> <li>• Videoaufnahmen zur Selbstbetrachtung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Training</li> <li>• Startkommando</li> <li>• Wettkampfbregeln</li> </ul> | <p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungs- u. Wettkampfstätten sowie Material (Speer) sicherheitsgerecht nutzen</li> <li>• Neue Disziplinen wie z.B. Hürdenlauf, Speerwurf und/ oder Schleuderball (Diskus)</li> <li>• Ursache und Wirkung anhand von Fehlerbildern</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wettkampfbregeln</li> <li>• Speerwurf: Impulsschritt/ Stemmschritt/ Bogenspannung/ Wurfauslage</li> </ul> | <p><b>prozessbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigenständiges Üben</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Wettkampfbregeln nennen und umsetzen</li> <li>• Hilfsbereitschaft, Teamgeist und Feedbacks</li> <li>• Wettkampfbregeln in die Praxis umsetzen</li> <li>• Darstellung der Techniken</li> </ul> <p><b>punktuell:</b><br/>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Überprüfung von Technik und/ oder Weite (Zeit)</li> </ul> |

| Jahrgangsstufe: 9                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dauer des UVs: 16                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Nummer des UVs im BF/SB: 7.3 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Touch down!“ – Taktiken, Aufstellungsformen, Laufwege und Regeln im Flagfootball                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                              |
| BF/SB 7: Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li><li>Interaktion im Sport [e]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>ein Endzonenspiel (z.B. Ultimate Frisbee, Rugby, Flag-Football) unter Berücksichtigung der taktisch-kognitiven und technisch-koordinativen Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]</li></ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li></ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                      | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                     | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Fokussierung auf das Spielen in vereinfachten Regelstrukturen (z.B. Parteiball, Ultimate Football, Quarterback Ball, Jägerball, Runningback Ball)</p> <p>Vielseitige, sportspielübergreifende Ausbildung</p> | <p>Spielformen mit möglichst isolierter Anforderung</p> <p>Wechsel von Übungs- und Spielformen</p> <p>Spielen mit wechselnden Partnern und Gegnern</p> <p>Positionswechsel</p> | <p>Reflektierte Praxis:<br/>Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen und Druckbedingungen in Spielsituationen</p> <p>Situationsangemessenes Spielverhalten</p> <p>Fachbegriffe:<br/>z. B. Offense, Defense, Touchdown, End Zone, Line of Scrimmage (Angriffslinie), Down, Huddle, Interception, Quarterback, Receiver, Center, Runningback...</p> | <p>unterrichtsbegleitend:<br/>Taktisch angemessenes Verhalten in Spielsituation</p> <p>Benennen und urteilen von Situationen als Ausdruck für Fairness und Kooperation</p> <p>Beteiligung in Gruppenarbeits- und Gesprächsphasen</p> <p>punktuell:<br/>Technik des Werfens und Fangens<br/>Beherrschen der Spielzüge<br/>Theoretische Grundlagen des Zielspiels</p> |

| Jahrgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Nummer des UVs im BF/SB: 4.3                                                                                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Unsere Wasser-Show“ – Erarbeiten unterschiedlicher Gruppengestaltungen im, auf und über Wasser                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                             |
| BF/SB 4: Bewegen im Wasser – Schwimmen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>b - Bewegungsgestaltung</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>                                                                                                                                                                | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> <li>• Ausgangspunkte von Gestaltungen [b] <ul style="list-style-type: none"> <li>▫ Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul> </li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                             |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Techniken und Fertigkeiten im Wasser (Schwimmen, Tauchen oder Springen) spielerisch oder ästhetisch oder kreativ zur Bewältigung unterschiedlicher Anforderungssituationen im Wasser nutzen [10 BWK 4.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> <li>• das Gestaltungskriterium Raum (Aufstellungsformen, Raumwege, Raumebenen und Bewegungsrichtungen) beschreiben [10 SK b2]</li> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> <li>• unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen - allein oder in der Gruppe - nutzen [10 MK b1]</li> <li>• unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellung, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>• die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul> |                                                                                                             |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                      | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Vermittlung der Basics des Synchronschwimmen und damit verbunden von sportartspezifischen Bewegungen und Positionen im Wasser</p> <p>Schwimmunterrichtspezifischer Organisationsrahmen</p> <p>Beschreiben, Erklären</p> <p>Fachbegriffe</p> <p>Gestaltungskriterien besprechen und für die Leistungsbewertung festlegen</p> <p>Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, nicht spritzen) beschreiben</p> <p>Ausführungskriterien (Synchronität) hervorheben</p> | <p>Vorgabe von 2 Figuren als Ausgangs- und Endpunkt der Choreografie</p> <p>Finden und Erproben von neuen Bewegungen und Positionen im Wasser</p> <p>Das Element Wasser als Basis für eine Choreografie erleben</p> <p>Erlernen der Synchronschwimmgrundlagen wie</p> <p>Paddeln<br/>Lagepositionen<br/>Körperhaltungen</p> <p>Wenn möglich mit Musik</p> | <p>Reflektierte Praxis</p> <p>Unterschiede Land und Wasser Choreografien, Aufstellungsformen, Bewegungsmöglichkeiten</p> <p>Fachbegriffe:</p> <p>Verschiedene Ausgangspositionen</p> <p>Paddeln<br/>Lagepositionen<br/>Körperhaltungen</p> <p>Verschiedene Aufstellungsformen (Flach-) Figuren</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>(Selbstständiges) Umsetzen von Gestaltungsaufgaben</p> <p>Engagement und Motivation beim Verbinden einzelner Elemente zeigen</p> <p>Hilfsbereitschaft und Einbindung aller Gruppenmitglieder zu erkennen</p> <p>Beachten der Verhaltensregeln im Wasser</p> <p>punktuell:</p> <p>Kriteriengeleitetes Feedback zum Prozess und zu den einzelnen Elementen geben</p> <p>Verbesserungsvorschläge umsetzen</p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <p>Bewegungsqualität<br/>Ausführungskriterien<br/>Aufstellungsformen<br/>Kreativität<br/>Synchronität</p> |

| Jahrgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Nummer des UVs im BF/SB: 1.3                                                                             |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Ich will so sein wie Pamela Reif“ – Reflektierter Umgang mit Fitnesstrends und digitale Werkzeuge als Hilfsmittel zur Verbesserung der Fitness                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                          |
| BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                          |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 1.3]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <li>• analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul> |                                                                                                          |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Die motorischen Grundeigenschaften Beweglichkeit, Koordination und Kraft im Kontext Fitness erarbeiten (Workout)</p> <p>Elemente, Kriterien und Phasen/Levels von Fitness/Trainingsprogrammen kennenlernen</p> <p>Effektivität und Sinnhaftigkeit einzelner Übungen überprüfen und beurteilen können</p> <p>Selbstständige Zusammenstellung und Durchführung eines Fitnessprogramms</p> <p>Beurteilung der (Trainings-)Erfolge der durchgeführten Programme</p> | <p>selbstständige Planung, Gestaltung und Durchführung eines Trainings/Fitnessprogramms im Unterricht</p> <p>Programm kriteriengeleitet beurteilen können</p> <p>Effektivität der Übungen im Programm für unterschiedliche Levels</p> <p>Messbarkeit des Erfolgs von Kräftigungsübungen z.B. durch Apps</p> <p>Einsatz von Apps für Training (z.B. TeamFit, online Health Tracker, Wearables)</p> <p>Einsatz von Stimme zur Beschreibung der Übungen</p> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <p>Aufbau eines Fitness-/Trainingsprogramms (Workout)</p> <p>Koordinationsübungen/-training</p> <p>Dehnen (Dehntechniken)</p> <p>Kräftigungsübungen mit dem eigenen Körpergewicht oder mit Hilfsmitteln</p> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <p>Kräftigen</p> <p>Dehnen/Beweglich werden</p> <p>Koordinieren</p> <p>Zirkeltraining</p> <p>Tabata</p> <p>Crossfit</p> <p>Beginner</p> <p>Advanced</p> <p>Experienced</p> <p>Verbale</p> <p>Non Verbale Kommunikation</p> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <p>selbstständiges Arbeiten mit Arbeitsmaterialien sowohl analog als auch digital</p> <p><b>punktuell:</b></p> <p>korrekte Ausführung der Übungen</p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <p>Gestaltung eines bzgl. Motorik spezifischen Programms</p> <p>Auswahl von funktionellen Übungen</p> <p>Demonstrationsfähigkeit</p> <p>Situations- und sachgerechte Korrektur von durchgeführten Übungen bei Mitschülerinnen und Mitschülern</p> <p>Beurteilung der Effektivität von unterschiedlichen Aufwärmprogrammen / -übungen</p> |

| Jahrgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 2.1                                                                  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Schach ist doch gar kein Sport!“ – Spiele aus anderen Kulturen kennen und spielen lernen bzw. das Spiel allgemein (eSports, Pokern, Schach) unter dem Aspekt der Strukturmerkmale von Spiel und Sport                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                               |
| BF/SB 2: Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>e - Kooperation und Konkurrenz</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiele aus anderen Kulturen</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                      | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interaktion im Sport [e]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigene Spiele und Spiele aus anderen Kulturen unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück, Strategie und Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen kriteriengeleitet in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul> |                                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                     | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielideen aus dem Asiatischen und südamerikanischen Raum in vereinfachter Regelstruktur kennenlernen (z.B. Kabaddi, Peteca etc.)</li> <li>• Herausstellen von Gemeinsamkeiten und Unterschieden zu „heimischen“ Spielen und Sportspielen.</li> <li>• Bei unbekannten Spielen die Spielidee begreifen, verbalisieren, vergleichen und beurteilen.</li> <li>• Regelstrukturen verstehen, anwenden und Verändern.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielformen mit vereinfachtem Regelwerk einführen und Wettkampfsituationen erzeugen.</li> <li>• Fokus auf Spielform mit möglichst geringer Techniks Schulung.</li> <li>• Spiel mit wechselnden Mannschaften, Mini-Turniere</li> </ul> | <p>Reflektierte Praxis:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Die Spielidee ausgewählter Spiele formulieren und beschreiben können.</li> <li>• Regeln für ein faires und anwendbares Spiel formulieren, analysieren und verändern</li> </ul> <p>Fachbegriffe:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kooperatives, kompetitives Spiel</li> <li>• Einzel-, Partner-, Mannschaftsspiel.</li> <li>• Ergebnisorientiert vs. Prozessorientiert</li> <li>• Gerätegebunden, Materialfrei</li> <li>• Zeitlich begrenzt, offen</li> </ul> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beobachtung im Spiel: Engagement, Fairness, Kooperation</li> <li>• Reflektionsfähigkeit: Qualität und Quantität der Beiträge.</li> </ul> <p>punktuell:<br/>Kurzes Vorstellen eines Spiels mit kulturellem Hintergrund und Einordnung der Spielkultur.</p> |

| Jahrgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Dauer des UVs: 8                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Nummer des UVs im BF/SB: 9.2 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Festhalten und Befreien – Lösungen für (Boden-)Zweikampfsituationen gemeinsam entwickeln und für den kontrollierten Kampf nutzen“                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                              |
| BF/SB 9: Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Inhaltsfelder:<br>a - Bewegungsstruktur und Bewegungslernen<br>e - Kooperation und Konkurrenz                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                              |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                              |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z.B. Haltegriffe und Befreiungen, Falltechniken) und taktisch-kognitive Fähigkeiten (z.B. Kontern, Kombinieren, Fintieren) beim Ringen und Kämpfen im Stand und am Boden anwenden [10 BWK 9.1]</li> <li>in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangemessen, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</li> <li>in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Geschlechteraspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul> |                              |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                                                                                                             | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerkämpfe</li> <li>• Spiel- und Übungsformen zum: Werfen, Halten, Befreien</li> <li>• Risiko – Wagnis eingehen</li> <li>• Prinzipien des Festhaltens und Befreiens (Gleichgewicht brechen, Belasten)</li> <li>• Prinzipien des Werfens (Gleichgewicht brechen)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Stationsbetrieb</li> <li>• Zweikampfregeln erstellen</li> <li>○ Zweikampf leiten</li> <li>○ Kriteriengeleitetes Partnerfeed</li> <li>• back</li> <li>• Lehrbildreihe/Lehrvideos</li> </ul> | <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rituale</li> <li>• Festhalte- und Befreiungstechniken</li> <li>• Rollen und Fallen wiederholen</li> <li>• Wurftechniken</li> <li>• Sicherheitsvorgaben</li> <li>• Spiel- und Übungsformen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• An- und Abgrüßen</li> <li>• Dreipunkt /Vierpunkthaltetechnik</li> <li>• Judorolle</li> <li>• Hüftwurf (O-Goshi), Beinstellen (OSoto-Otoshi)</li> <li>• Zweikampf</li> </ul> | <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigene und fremde Leistungsfähigkeit beurteilen</li> <li>• Eigeninitiative</li> <li>• Beurteilung von regelgerechtem und fairem Kampf</li> </ul> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung von verschiedenen Techniken</li> <li>• beharrliches Üben</li> <li>• Faires Handeln in den Übungsphasen der Zweikämpfe</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation: Umsetzung der Prinzipien im Werfen, Halte und Befreien</li> </ul> <p><u>Beobachtungsschwerpunkte</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation der Wurf-, Festhalte- und Befreiungstechniken</li> </ul> |

| Jahgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Nummer des UVs im BF/SB: 3.4                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| Thema des UV: „Dort hinauf, aber zu welchem Preis?“ – Orientierungslauf durch den Teutoburger Wald unter Umwelt- und Gesundheitsmotiven (Teil 1)                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                               |
| BF/SB 3: Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Inhaltsfelder:</b><br><b>f - Gesundheit</b><br>Wählen Sie ein Element aus. |
| <b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>                                                                                                                                                                             | <b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                                               |
| <b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b><br><b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• alternative leichtathletische Wettbewerbe (z.B. Orientierungslauf, Geocaching, Relativwettkämpfe, historische Disziplinen) unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielrichtungen durchführen [10 BWK 3.4]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> | <b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b><br><b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit grundlegend beschreiben [10 SK f1]</li> <li>• Wählen Sie ein Element aus.</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul> |                                                                               |

| Didaktische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                             | Methodische Entscheidungen                                                                                                                                                                                                          | Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Leistungsbewertung:                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kennenlernen von Orientierungsläufen in der Nähe des HAGs</p> <p>Durchführung einer Schatzsuche mit Versteck-Team und Such-Team</p> <p>Orientierungslauf durch den Teuto in der Nähe des HAGs</p> <p>Orientierungslauf im Teuto</p> | <p>Verhaltensregeln während des Orientierungslaufs:</p> <p>Mindestens zu dritt laufen</p> <p>1 Handy pro Gruppe mit Nummer des Sekretariats für Notfälle</p> <p>Der Langsamste bestimmt das Tempo, Gruppe bleibt immer zusammen</p> | <p>Verhalten in Notsituationen</p> <p>Einhalten der Straßenverkehrsordnung</p> <p>Trailrunning</p> <p>Langsamer Dauerlauf</p> <p>Orientierung und Hilfen zur Orientierung</p> <p>Lauf ABC</p> <p>Kraftübungen für Läufer</p> <p>Max Herzfrequenz, Ruhepuls, Herzfrequenzreserve, Anaerobe Schwelle</p> <p>Verschiedene Läufe (verschiedene HF-Zonen) für verschiedene Anpassungen:</p> <p>Lockerer Dauerlauf – Stärkung der aeroben Basis</p> <p>Schneller Dauerlauf – aerobe Kapazität und Laktatabbau</p> <p>Intervalltraining – Verbesserung der VO<sup>2</sup>max</p> <p>Bergtraining – Trailrunning</p> <p>Naturverbundenheit Fahrtspiele, Wechsel des Tempos</p> | <p>Punktuell:<br/>s. Tabelle Sharepoint:<br/>„Ausdauerndes Laufen bis zu 40 min ohne Gehpausen!“</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei den einzelnen Orientierungsläufen</p> <p>Erfüllung, der zu erledigenden Aufgaben während der Orientierungsläufe.</p> <p>Optional: Trainingspläne erstellen</p> |

| Jahrgangsstufe: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Dauer des UVs: 10                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Nummer des UVs im BF/SB: 1.4 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| Thema des UV: „Schwimmen und Laufen ohne zu schnaufen“ – Verbesserung der aeroben Ausdauerleistung im Wasser und am Land (Teil 2)                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
| BF/SB 1: Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeit ausprägen                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhaltsfelder:<br>d - Leistung<br>Wählen Sie ein Element aus.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                              |
| Inhaltliche Kerne: <ul style="list-style-type: none"><li>Aerobe Ausdauerfähigkeit</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                  | Inhaltliche Schwerpunkte: <ul style="list-style-type: none"><li>Trainingsplanung und Organisation [d]</li><li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                              |
| Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen<br>BWK <ul style="list-style-type: none"><li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 30 min, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]</li><li>Wählen Sie ein Element aus.</li></ul> | Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen<br>SK <ul style="list-style-type: none"><li>ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]</li><li>grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li></ul><br>MK <ul style="list-style-type: none"><li>einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1]</li></ul><br>UK <ul style="list-style-type: none"><li>die Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li></ul> |                              |

| <b>Didaktische Entscheidungen</b>                                                                                                                                                                                                      | <b>Methodische Entscheidungen</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | <b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | <b>Leistungsbewertung:</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Kennenlernen von Orientierungsläufen in der Nähe des HAGs</p> <p>Durchführung einer Schatzsuche mit Versteck-Team und Such-Team</p> <p>Orientierungslauf durch den Teuto in der Nähe des HAGs</p> <p>Orientierungslauf im Teuto</p> | <p>- Schrittzähler</p> <p>- Tracking Apps</p> <p>Verhaltensregeln während des Orientierungslaufs:</p> <p>Mindestens zu dritt laufen</p> <p>1 Handy pro Gruppe mit Nummer des Sekretariats für Notfälle</p> <p>Der Langsamste bestimmt das Tempo, Gruppe bleibt immer zusammen</p> <p>Möglichkeit des Mitführens eines Rades pro Gruppe für inaktive oder sehr ausdauer schwache SuS</p> | <p>Lauftechnik</p> <p>Lauf ABC</p> <p>Kraftübungen für Läufer</p> <p>Trainingspläne</p> <p>Max Herzfrequenz, Ruhepuls, Herzfrequenzreserve, Anaerobe Schwelle</p> <p>Verschiedene Läufe (verschiedene HF-Zonen) für verschiedene Anpassungen:</p> <p>Lockerer Dauerlauf – Stärkung der aeroben Basis</p> <p>Schneller Dauerlauf – aerobe Kapazität und Laktatabbau</p> <p>Intervalltraining – Verbesserung der VO<sup>2</sup>max</p> <p>Bergtraining – Trailrunning</p> <p>Naturverbundenheit</p> <p>Fahrtspiele, Wechsel des Tempos</p> | <p>unterrichtsbegleitend:</p> <p>Anstrengungsbereitschaft bei den einzelnen Orientierungsläufen</p> <p>Erfüllung, der zu erledigenden Aufgaben während der Orientierungsläufe.</p> <p>Optional: Trainingspläne erstellen</p> <p>punktuell:</p> <p>s. Tabelle Sharepoint:<br/>„Ausdauerndes Laufen bis zu 40 min ohne Gehpausen!“</p> |