



# URSULINENSCHULEN WERL – GYMNASIUM SCHULINTERNES CURRICULUM SPORT

Mit Leistungsbewertungskonzept

## Schulinternes Curriculum zum Kernlehrplan Sport für die Sek I und II

<b>1</b>	<b>Die Fachgruppe Sport am Ursulinengymnasium .....</b>	<b>3</b>
<b>2</b>	<b>Aufgaben und Ziele des Faches .....</b>	<b>4</b>
<b>2.1</b>	<b>Leitbild für das Fach Sport.....</b>	<b>4</b>
<b>2.2</b>	<b>Qualitätsentwicklung und -sicherung.....</b>	<b>5</b>
<b>2.3</b>	<b>Sportstättenangebot .....</b>	<b>6</b>
<b>2.4</b>	<b>Unterrichtsangebot .....</b>	<b>6</b>
<b>2.5</b>	<b>Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht .....</b>	<b>6</b>
<b>2.6</b>	<b>Außerunterrichtliches Sportangebot.....</b>	<b>6</b>
<b>2.6.1</b>	<b>Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“ .....</b>	<b>6</b>
<b>2.6.2</b>	<b>Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten .....</b>	<b>7</b>
<b>2.6.3</b>	<b>Weitere AG-Angebote .....</b>	<b>7</b>
<b>2.7</b>	<b>Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens .....</b>	<b>7</b>
<b>3</b>	<b>Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit.....</b>	<b>9</b>
<b>3.1</b>	<b>Entscheidungen zum Unterricht.....</b>	<b>9</b>
<b>3.2</b>	<b>Übersicht über die Unterrichtsinhalte und Kompetenzvermittlung.....</b>	<b>9</b>
	<b>Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5 .....</b>	<b>11</b>
	<b>Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6 .....</b>	<b>24</b>
<b>4</b>	<b>Die Leistungsbewertung in der Sek I.....</b>	<b>36</b>
<b>4.1</b>	<b>Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung .....</b>	<b>92</b>
<b>4.2</b>	<b>Lehr- und Lernmittel .....</b>	<b>96</b>
<b>5</b>	<b>Qualitätssicherung und Evaluation.....</b>	<b>40</b>
<b>6</b>	<b>Anhang.....</b>	<b>42</b>

## 1 Die Fachgruppe Sport am Ursulinengymnasium

Der Sportunterricht wird in der gymnasialen Oberstufe auf der Grundlage der verbindlichen Stundentafel erteilt:

### Sek I:

Klasse 5: 4-stündig

Klasse 6: 3-stündig

Klasse 7: 3,5-stündig

Klasse 8: 3-stündig

Klasse 9: 2-stündig

Klasse 10: 2,5-stündig

### Einführungsphase:

Sport GK 3-stündig

### Qualifikationsphase:

Sport GK 3-stündig

Für den Regelunterricht in den Sekundarstufen I und II gelten die **Kernlehrpläne** Sport für die Sekundarstufe I und II (Gymnasium/Gesamtschule). Der Sportunterricht wird in den betroffenen Jahrgangsstufen gemäß Stundentafel erteilt.

Die **Namen** und **Aufgabenbereiche** des Fachvorsitzenden und seiner Vertreterin sowie der anderen Mitglieder der Fachkonferenz lassen sich der folgenden Tabelle entnehmen:

Name	Funktion/ Aufgabenbereich	Kontakt
Wolfgang Becker		WBecker@ursulinenschulen-werl.de
Cornelia Kaufmann		CKaufmann@ursulinenschulen-werl.de
Michael Kröger		MKroeger@ursulinenschulen-werl.de
Stefan Rammelmann		SRammelmann@ursulinenschulen-werl.de
Caroline Rottler		CRottler@ursulinenschulen-werl.de
Norbert Schnettker-Floren	Fachvorsitzender	NSchnettker-Floren@ursulinenschulen-werl.de
Mats Tuttas		MTuttas@ursulinenschulen-werl.de

## 2 Aufgaben und Ziele des Faches

### 2.1 Leitbild für das Fach Sport

Der Stellenwert des Faches Sport im Schulleben und im Schulprogramm des Ursulinengymnasiums drückt sich im Leitbild und im Schulsportprogramm aus und ist Bestandteil des schulinternen Lehrplans<sup>1</sup>. Unsere Schule folgt dazu einem ganzheitlichen, salutogenetischen, christlichen Leitbild, das die Freude an Bewegung, Spiel und Sport und die Selbstverständlichkeit der gegenseitigen Akzeptanz der Schülerinnen und Schüler in einer bewegungsfreudigen Schule fördern will.

Die Fachkonferenz Sport möchte bei Schülerinnen und Schülern Bewegungsfreude und Gesundheitsbewusstsein im Schulsport im Rahmen des Bildungs- und Erziehungsauftrages der Schule entwickeln. Darüber hinaus soll vor allem auch das soziale Miteinander im Fokus stehen, welches Grundlage des christlichen Menschenbildes ist, das am Ursulinengymnasium das Fundament bildet. Durch ihr Schulsportkonzept möchte die Fachschaft den Schülerinnen und Schülern 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 Schülerinnen und Schülern am Leistungssport und zielt ebenso auf die Förderung der Wertschätzung von Mitmenschen und Umwelt, welche ein Leben in sozialer Verantwortung ermöglicht.

Den Schülerinnen und Schülern des Ursulinengymnasiums soll darüber hinaus Gelegenheit gegeben werden, ihre Leistungsfreude und -bereitschaft in Wettkämpfen zu erproben und auszubilden. Deshalb setzen sich die Lehrkräfte engagiert für die Teilnahme an Schulwettkämpfen und für die Bildung von Schulmannschaften ein.

Im Rahmen der Talentsichtung und Talentförderung sieht es die Fachschaft als eine ihrer Aufgaben an, sportlich besonders begabte Schülerinnen und Schüler bei ihren leistungssportlichen Interessen zu fördern und sie in ihren vielfältigen Anforderungen einer dualen Karriere von Schule und Leistungssport im Rahmen der organisatorischen Möglichkeiten individuell zu unterstützen.

Das Ursulinengymnasium fördert die Persönlichkeitsentwicklung der Schülerinnen und Schüler durch Bewegung, Spiel und Sport, sodass sie...

- in der Lage sind, die eigene Motivation zur Förderung und Erhaltung von Gesundheit und Fitness überdauernd hoch zu halten und zu manifestieren,
- sich als selbstwirksam erfahren,
- sich volitional und metakognitiv selbst steuern und kontrollieren können (Selbstdisziplin etc.),
- 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 Schülerinnen und Schülern zu ermöglichen, sich über die Schulzeit hinaus für den Sport zu engagieren, bietet sie Schülerinnen und Schülern neben dem Pflichtunterricht die Möglichkeit, im Kurssystem der gymnasialen Oberstufe vertieft Einblick in wissenschaftspropädeutisches Arbeiten zu erhalten.

Insgesamt entspricht der Sportunterricht also dem Leitbild der katholischen Schulen „Der Mensch: Einheit von Leib, Seele und Geist“ und die Fachschaft legt ihren Schwerpunkt dabei auf eine ganzheitliche Erziehung.

## **2.2 Qualitätsentwicklung und -sicherung**

Die Fachkonferenz ist der Qualitätsentwicklung und -sicherung des Faches Sport verpflichtet. Folgende Vereinbarungen werden als Grundlage einer teamorientierten Zusammenarbeit vereinbart:

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich der 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.

Koordinator/Koordinatorin für die Unterrichtsentwicklung, das Fortbildungskonzept der Fachschaft Sport sowie für die Fortschreibung der schulinternen Lehrpläne ist der/die jeweilige Fachvorsitzende. Er/Sie verpflichtet sich dazu, Inhalte und Maßnahmen zur Unterrichtsentwicklung zeitnah in der Fachkonferenz umzusetzen.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Entwicklung eines Leitbildes mit dem Ziel der Förderung des Sports in der Schule.

Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Einführung und Fortschreibung eines Ablaufplans/Projektmanagements (Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens, BJS, DOSB ...), im Rahmen einer systemischen Fachkonferenzarbeit.

Die Fachkonferenz legt der Schulleitung möglichst zum Ende des Schuljahres einen Jahresarbeitsplan über zu entwickelnde Projekte, zur Evaluation sowie über die vereinbarten Veranstaltungen/Schulsporttermine vor. Diese werden in den Jahreskalender der Schule aufgenommen und der Schulöffentlichkeit zu Beginn bzw. im Laufe des Schuljahres vorgestellt.

## 2.3 Sportstättenangebot

### Sportstätten der Schule:

- Schuleigene Zweifachsporthalle
- Schuleigene Einfachsporthalle
- Schuleigener Sportplatz mit 2 Laufbahnen, 1 Sprunggrube

### Im Umfeld der Schule:

- Nutzung des städtischen Hallenbades
- Nutzung der benachbarten Overberg-Sporthalle
- Nutzung eines städtischen Leichtathletik-Stadions
- Kurparkgelände im mittelbaren Umfeld der Schule

## 2.4 Unterrichtsangebot

Der Sportunterricht wird in fast allen Stufen ungekürzt erteilt (s.o.). Für den Unterricht in der Sekundarstufe I gelten die Kernlehrpläne Sport Sek. I am Gymnasium in der Fassung vom 01.08.2019. Der Sportunterricht wird gemäß Stundentafel erteilt.

In der gymnasialen Oberstufe findet der Sportunterricht im Rahmen des Pflichtunterrichts 3-stündig statt.

## 2.5 Fächerverbindender/ fachübergreifender Unterricht

Das Fach Sport ist ein Unterrichtsfach, das auf Grund seiner ihm eigenen Struktur der Sachinhalte zahlreiche Fachbereiche berücksichtigt: Sportpsychologie, Sportpädagogik, Sportbiologie, Sportsoziologie u.v.m.. Viele theoriebezogene Inhalte des Faches sind daher fachübergreifend.

Um die Dimension der Verbindung verschiedener Fachbereiche bewusst zu machen, vereinbart die Fachkonferenz eine enge Zusammenarbeit mit dem Fach Biologie im Rahmen des Wahlpflichtbereichs II NAWI, in der Jahrgangsstufe 8.

## 2.6 Außerunterrichtliches Sportangebot

Die Fachkonferenz empfiehlt der Schulkonferenz, Bewegung, Spiel und Sport im Schulprogramm zu verankern. Im Rahmen des außerunterrichtlichen Schulsports der Schule wird Schülerinnen und Schülern nach Möglichkeit ein zusätzliches Angebot in verschiedenen Sportbereichen in Form von Arbeitsgemeinschaften gemacht. Ein Werler Tennistrainer stellt einmal jährlich die Sportart Tennis in den 5. Klassen vor und lädt zu kostenlosem „Schnuppertraining“ auf der Vereinsanlage ein. Eine außerunterrichtliche Kooperation ist möglich. Außerdem besteht eine Kooperation mit einer Tanzschule, sodass für die SuS der Jgst. 9 eine Schnupperstunde „Tanzen“ und für Interessierte ein anschließender Tanzkurs organisiert ist.

### 2.6.1 Schulsportwettkämpfe und „Jugend trainiert für Olympia“

Für die Organisation, Koordination, Auswahl und Förderung des schulsportlichen Wettkampfwesens ist der/die Fachvorsitzende verantwortliche/r Ansprechpartner/in. Am schulsportlichen Wettkampfwesen wird regelmäßig teilgenommen und dies wird auch dokumentiert.

### 2.6.2 Schulsportfeste und -turniere; Sport im Rahmen von Schulfesten

Etwas zu leisten und Leistung zu erfahren sind unverzichtbare Bestandteile des Sports. Deshalb beschließt die Fachkonferenz, in ausgewählten Jahrgangsstufen auf der Grundlage des Unterrichts Bundesjugendspiele und Schulsportwettkämpfe und -turniere durchzuführen. Die Ergebnisse werden angemessen in die Benotung einbezogen.

In den letzten zwei Wochen vor den Sommerferien findet ein Sporttag statt. Die Konzeption des Wettkampfes wird von Sportkursen der Q1 im Rahmen eines Unterrichtsprojektes entwickelt. Für jeweils eine Jahrgangsstufe wird ein Turnier ausgearbeitet. Verantwortlich sind die Sportkurse auch für die Durchführung mit Erstellung eines Spielplans, Moderation und Schiedsrichtertätigkeit. Die 5. Klassen absolvieren einen spielerischen Leichtathletik-Wettkampf im Werler Leichtathletik-Stadion, die 6. Klassen spielen Basketball, die 7. Klassen nehmen an einem Schwimmturnier teil, die 8. Klassen messen sich bei einem Uni-Hockey-Turnier, die 9. Klassen spielen Fußball und die Q1 Handball.

Auf freiwilliger Basis nehmen auch einige SuS und Sportlehrer/innen am jährlich stattfindenden Silvesterlauf von Werl nach Soest teil; die Jgst. Q1 bestreitet einen 5-km-Lauf im Rahmen des Straßenlaufs des ortsansässigen Vereins DJK Werl.

### 2.6.3 Weitere AG-Angebote

Folgende Programme werden von den Sportlehrern/innen angeboten:

- Temporäres Wettkampftraining -Training für Schulsportmannschaften
- „Erfolgreich ins Sportstudium!“ - Vorbereitung auf die Aufnahmeprüfung für das Studium der Sportwissenschaften für interessierte Schülerinnen und Schüler der Qualifikationsphase
- nach den Osterferien werden frei gewordenen Hallenkapazitäten z.T. für Sport-AGs je nach Interessenlage der Schüler/innen genutzt (Fußball –Angebot für Jungen und Mädchen getrennt, Klettern u.a.)
- nach der Examensprüfung bieten Referendare für den restlichen Verbleib an der Schule AGs nach Wünschen der Schüler/innen an

### 2.7 Handlungsprogramm zur Förderung des Schwimmens

Schwimmen ist ein wichtiger Bestandteil unserer Kultur, schwimmen zu lernen und schwimmen zu können bedeutet nicht nur die Fähigkeit, sich und andere vor dem Ertrinken zu bewahren, sondern bedeutet insbesondere auch den Zugang zu vielen Bewegungs- und Lebensbereichen (Urlaub am Meer oder am Badesee, Wassersport, Besuch im Schwimmbad).

Die Fachkonferenz Sport verpflichtet sich deshalb zu einem umfangreichen Maßnahmenpaket:

- Die Fachkonferenz vereinbart, dass in Klasse 7 das Schwimmbzeichen in Bronze abgenommen wird. Die Schwimmbzeichen sind im jeweiligen Personalblatt der Schülerin

oder des Schülers zu dokumentieren und u.U. im Zeugnis festzuhalten (Bemerkung z.B.: Britta hat das Schwimmbzeichen in Bronze erworben).

- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Sicherung der Kompetenzerwartungen im Bereich „Bewegen im Wasser – Schwimmen“ durch die entsprechende Gestaltung schuleigener Lehrpläne und durch die Organisation und Gestaltung des Schwimmunterrichts im Fach Sport. Hierzu werden Qualitätskriterien – auch im Rahmen von Lernerfolgsüberprüfungen und zur Leistungsbewertung – entwickelt.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur Durchführung systematischer Sichtsmaßnahmen zur Förderung der Nichtschwimmerinnen und -schwimmer und zur Sichtung besonderer Begabungen im Schwimmen.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich zur regelmäßigen Teilnahme an Fort- und/oder Qualifizierungsmaßnahmen für Lehrkräfte im Schwimmen.
- Die Fachkonferenz verpflichtet sich, die geschlechterspezifischen Bedürfnisse von Mädchen und Jungen im Schwimmunterricht in gleicher Weise zu berücksichtigen.



### **3 Grundsätze der fachmethodischen und fachdidaktischen Arbeit**

Die Fachkonferenz Sport erstellt zur Sicherung des Kompetenzerwerbs in den beiden Kompetenzstufen einen schulinternen Lehrplan auf der Grundlage des Kernlehrplans Sport Sek. I. Dazu legt sie – unter Berücksichtigung der Schwerpunkte im Schulsportprogramm – die Obligatorik der Unterrichtsvorhaben in der Sekundarstufe I fest und erstellt ein Übersichtsraster über Unterrichtsvorhaben (UV). Die einzelnen Bewegungsfelder und Sportbereiche sind jeweils farblich 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 angebotenen Kompetenzerwartungen sowie zu den zentralen Inhalten auf der Grundlage der leitenden pädagogischen Perspektiven.

#### **3.1 Entscheidungen zum Unterricht**

Die Fachkonferenz empfiehlt bei einer Dreistündigkeit das Modell „zwei plus eins“: In der Woche werden zwei Unterrichtseinheiten angeboten, bestehend aus einer Doppelstunde sowie einer Einzelstunde.

Die Fachkonferenz unterstützt ausdrücklich die Zielsetzung der Schulleitung, Arbeitsgemeinschaften sowie außerunterrichtliche Schulsportangebote durch Lehrkräfte erst dann anzubieten, wenn der Sportunterricht vollständig gemäß Stundentafel erteilt wird. Eine Kürzung des Sportunterrichts bei gleichzeitigem sportlichem Zusatzangebot wird von der Fachschaft abgelehnt.

Unterrichtskürzungen in den Jahrgangsstufen 5 - 7 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. Die Fachkonferenz vereinbart, dass fünf Ganztagesprojekte, die in den Lehrplan integriert werden - bzw. eine einwöchige Klassenfahrt mit sportlichem Schwerpunkt - eine Ganzjahres-Sportstunde ersetzen können.

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.

#### **3.2 Übersicht über die Unterrichtsinhalte und Kompetenzvermittlung**

Die Darstellung der Unterrichtsvorhaben im schulinternen Lehrplan insgesamt besitzt den Anspruch, die im Kernlehrplan aufgeführten Kompetenzen abzudecken. Dies entspricht der Verpflichtung jeder Lehrkraft, die im Kernlehrplan beschriebenen Kompetenzen bei den Lernenden auszubilden und zu entwickeln.

Die entsprechende Umsetzung erfolgt auf zwei Ebenen: der Übersichts- und der Konkretisierungsebene.

Im Übersichtsraaster wird die für alle Lehrerinnen und Lehrer gemäß Fachkonferenzbeschluss verbindliche Verteilung der Unterrichtsinhalte dargestellt. Das Übersichtsraaster dient dazu, den Kolleginnen und Kollegen einen schnellen Überblick über die Zuordnung der Unterrichtsvorhaben zu den einzelnen Jahrgangsstufen sowie den im Kernlehrplan genannten Kompetenzen zu verschaffen. Um Klarheit für die Lehrkräfte herzustellen und die Übersichtlichkeit zu gewährleisten, werden an dieser Stelle schwerpunktmäßig zu erwerbende Kompetenzen ausgewiesen, während die konkretisierten Kompetenzerwartungen erst auf der Ebene konkretisierter Unterrichtsvorhaben Berücksichtigung finden. Der teilweise 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, sind im Rahmen dieses schulinternen Lehrplans nur ca. 75 Prozent der Bruttounterrichtszeit verplant.

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.

**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 5**

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <b>Gemeinsam und kooperativ</b> “ – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen	2.1	8
UV 2	„ <b>Spielen fürs Köpfchen</b> “ – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („ <i>Games for brains</i> “) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben	2.2	6
UV 3	„ <b>Rennen, Hüpfen, Werfen</b> “ – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren	3.1	12
UV 4	„ <b>Bälle werfen und fangen</b> “ – Basiskompetenzen im Bereich Werfen und Fangen in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen	7.1	12
UV 5	„ <b>Vorbereitung mit Plan</b> “ – Kennenlernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe	1.3	6
UV 6	„ <b>Vielfältig und fair</b> “ – Allein und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen	9.1	8
UV 7	„ <b>Rolle, Handstand &amp; Rad/Springen, Schwingen, Hangeln</b> – “ – Erlernen grundlegender Bewegungsfertigkeiten am Boden oder an Geräten	5.1	10
UV 8	„ <b>Basic Tricks mit dem Seil</b> “ – einfache technisch-koordinative Grundformen des Seilspringens erlernen und präsentieren	6.1	10
UV 9	„ <b>Spielen nach Regeln- erster Kontakt mit dem Basketball</b> “ – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren	7.2	12
UV 10	„ <b>Coole moves zu aktuellen Hits</b> “ – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreographie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten	6.2	14
UV 11	„ <b>Ausdauer macht Spaß!</b> “ – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennenlernen und beschreiben	1.1	10
UV 12	„ <b>Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf</b> “ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben	3.2	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			160 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			120 UE
Freiraum:			40 UE

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 2.1
<b>Thema des UV: „Gemeinsam und kooperativ“</b> – Unterschiedliche Spiele und Spielideen unter besonderer Berücksichtigung der gruppenübergreifenden Kooperation durchführen		
<b>BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsspiele eigenverantwortlich, kreativ und kooperativ spielen [6 BWK 2.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <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>  <b>UK</b>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fangspiele</li> <li>• Staffelspiele</li> <li>• Kooperationsspiele</li> <li>• „Sortierspiele“</li> <li>• bekannte Spiele (z.B. Völkerball)</li> </ul>	Bildung von Kleingruppen  Verständigen in Kleingruppen  Kooperation in Kleingruppen  Arbeit in der Großgruppe „neue Klasse“  Spielen mit wechselnden Partnern	<b><u>Reflektierte Praxis:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Situationsangemessenes Spielverhalten</li> <li>• Verstehen/Umsetzen unterschiedlicher Spielideen</li> <li>• Einfordern der Einhaltung von Regeln</li> </ul> <b><u>Fachbegriffe:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielidee</li> <li>• Mannschaftsbildung</li> <li>• Bewegungsintensität</li> <li>• Fairness</li> <li>• Regelbewusstsein</li> <li>• Motivation</li> </ul>	<b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verständigungsprozesse</li> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• technisch-koordinative Fähigkeiten</li> <li>• taktische Fähigkeiten</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul> <b><u>punktuell:</u></b> <i>entfällt</i>
•			

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.2
<p><b>Thema des UV: „Spielen fürs Köpfchen“</b> – Vielfältige Spiel- und Übungsformen („Games for brains“) u.a. zur Förderung der Konzentrationsfähigkeit erproben</p>		
<p><b>BF/SB 2 Das Spielen entdecken und Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b> c - Wagnis und Verantwortung</p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit) spielen [6 BWK 2.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in einfachen sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren beschreiben [6 SK c1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• „Sortierspiele“</li> <li>• Würfel-/Kartenspiele als Bewegungsvariante</li> <li>• Buchstabensalat</li> <li>• „Konzentrationsspiele“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Einzelarbeit</li> <li>• Variation von Einzelübungen und Spiel- und Übungsformen in der Gruppe</li> <li>• offener, problemorientierter Einstieg</li> </ul>	<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lösungsstrategien entwickeln</li> <li>• Kognition und Motorik verknüpfen</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordination</li> <li>• Kooperation</li> </ul>	<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Kooperationsbereitschaft</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualität und Umsetzung des Lösungsansatzes gestellter Aufgaben</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.1</b>
<b>Thema des UV: „Rennen, Hüpfen, Werfen“</b> – Grundlegendes leichtathletisches Bewegen in seiner Vielfalt erleben und erfahren		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegen</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> </ul>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint- und Staffelspiele</li> <li>• Reaktionsspiele</li> <li>• einfache Lauf- und Sprungschulung</li> <li>• Werfen mit unterschiedlichen Wurfgeräten</li> <li>• einbeinige (Weit-) Sprünge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experimentieren und Erproben verschiedener Lauf-/Sprung- und Wurfformen</li> <li>• individuelle Verbesserung in Einzelarbeit</li> <li>• Arbeit im Stationsbetrieb</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung der Hand-Fuß-Koordination</li> <li>• Reaktionsschulung</li> <li>• Grundlagen leichtathletischen Bewegens</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wurfarm</li> <li>• Stemmbein</li> <li>• Sprungbein</li> <li>• Sprint</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Reflexion der Arbeit</li> <li>• Kooperation</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zielwürfe</li> <li>• Zonenspringen</li> <li>• Transportläufe</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.1</b>
<b>Thema des UV: „Bälle werfen und fangen“</b> – Basiskompetenzen im Bereich Werfen und Fangen in vielfältigen Spiel- und Übungsformen unter Berücksichtigung der individuellen Bewegungsqualität vertiefen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Weitere Sportspiele und Sportspielvarianten</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportspielübergreifende taktische, koordinative und technische Basiskompetenzen in vielfältigen Spielformen anwenden [6 BWK 7.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <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>einfache Hilfen (z.B. 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>einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>einfache Übungen zum Werfen und Fangen mit dem Tennisball/Softball (z.B. gegen die Wand oder in die Luft)</li> <li>Partnerübungen zum Werfen und Fangen mit dem Tennisball/Softball</li> <li>einfache Wurf- und Fangspiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selbstständiges Üben mittels einer Lernkarte</li> <li>Partnerkorrektur mit Hilfe eines Beobachtungsbogens</li> <li>Stationenlernen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Verbesserung der Fertigkeiten Werfen und Fangen</li> <li>Verbesserung der Hand-Augen-Koordination</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wurfarm</li> <li>Stemmbein</li> <li>Lernkarte</li> <li>Beobachtungsbogen</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Hilfestellung und Unterstützung bei Partneraufgaben</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewertung erfolgreich geworfener und gefangener Bälle gemäß den Vorgaben des unterrichtenden FL (z.B. EWH)</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 1.3
<b>Thema des UV: „Vorbereitung mit Plan“</b> – Kennen lernen der grundlegenden Bestandteile von allgemeinen und sportartspezifischen Aufwärmprogrammen als gezielte Maßnahme zur Verletzungsprophylaxe		
<b>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung f – Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>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> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <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>psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3]</li> <li>Merkmale einer sachgerechten Vorbereitung auf sportliches Bewegen (u.a. allgemeines Aufwärmen, Kleidung) benennen [6 SK f2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e 2]</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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>gemeinsam gelungene Beispiele einer Erwärmung erproben und besprechen</li> <li>Erarbeitung von Regeln und Vorgaben für eine gelungene Erwärmung</li> <li>Thematisierung der Phasierung der Aufwärmphase</li> <li>Selbstständige Vorbereitung/ Durchführung einer Erwärmung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Paarweises Vorbereiten einer Stundenerwärmung</li> <li>Anleiten einer Erwärmungsphase vor der Klasse</li> <li>einfache Verschriftlichung der getroffenen Entscheidungen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Verbesserung der Reflexionsfähigkeit sportlicher Tätigkeiten</li> <li>Nachdenken über Reaktionen des menschlichen Körpers auf sportliche Aktivität</li> <li>Verschriftlichung sportlicher Bewegung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dehnen/Kräftigen</li> <li>Phasen der Erwärmung</li> <li>Puls/ Kreislauf</li> <li>Muskulatur</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualität der Rückmeldung für die vorbereitete Erwärmung anderer SuS</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewertung der Qualität der vorbereiteten Erwärmung vor dem Hintergrund der erarbeiteten Kriterien</li> </ul>



Jahrgangsstufe 5		Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 9.1
<b>Thema des UV: „Vielfältig und fair“</b> – Alleine und in Gruppen um Räume, Gegenstände und Ausgangssituationen regelgerecht kämpfen			
<b>BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> 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> <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> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e 1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e 2]</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 e 1]</li> </ul>	
<u><b>Didaktische Entscheidungen</b></u>	<u><b>Methodische Entscheidungen</b></u>	<u><b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b></u>	<u><b>Leistungsbewertung</b></u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung von Regeln als Voraussetzung für einen fairen Kampf</li> <li>• Durchführung verschiedener Kämpfe nach Vorgabe</li> <li>• Etablierung von Ritualen (Begrüßung/Verabschiedung)</li> <li>• Bewertung von Kampfsituationen</li> <li>• Selbsteinschätzung im Kampf</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner- und Gruppenkämpfe</li> <li>• Gruppenarbeit (z.B. zur Erarbeitung von Regeln)</li> <li>• selbstständige Erprobung vorgegebener „Raufereien“ (laut AB)</li> <li>• Verschriftlichung von Regeln</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung der Körperbeherrschung in Kampfsituationen</li> <li>• Körperspannung und -entspannung</li> <li>• Kooperation</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoppregel</li> <li>• Halteregel</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Kooperation</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in Arbeitsphasen</li> <li>• Einhalten von Regeln</li> <li>• Umsetzung von vorgegebenen Haltegriffen</li> <li>• Bewertung/Reflexion von Kampfsituationen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Kämpfe mit vorgegebenen</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.1
<p><b>Thema des UV: „Rolle, Handstand und Rad/Springen, Schwingen, Hangeln“</b> – Erlernen grundlegender Bewegungsfertigkeiten am Boden oder an Geräten</p>		
<p><b>BF/SB 5 Bewegen an Geräten – Turnen</b> BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfertigkeiten ausprägen</p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen e – Kooperation und Konkurrenz</p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen [5]</li> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und Fertigkeiten: Elemente der Fitness [1]</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• vielfältiges turnerisches Bewegen (Stützen, Balancieren, Rollen, Klettern, Springen, Hangeln, Schaukeln und Schwingen) an unterschiedlichen Geräten und Gerätekombinationen (z.B. Boden, Trampolin, Klettertaue, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• eine grundlegende Muskel- und Körperspannung aufbauen, aufrechterhalten und in unterschiedlichen Anforderungssituationen nutzen [6 BWK 1.2]</li> <li>• grundlegende motorische Basisqualifikationen (u.a. Hangeln, Stützen, Klettern, Balancieren) in unterschiedlichen sportlichen Anforderungssituationen anwenden und nutzen [6 BWK 1.3]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die motorischen Grundfähigkeiten (Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Beweglichkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> <li>• selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1]</li> </ul>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rolle vorwärts/ Rolle rückwärts</li> <li>• einfache Handstände (auch Kniestütz)</li> <li>• Rad/Radwende Oder:</li> <li>• Sprünge über Bock oder Kasten</li> <li>• Schwingen an Ringen oder am Barren</li> <li>• Hangeln am Barren und Reck</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stationsbetrieb</li> <li>• Üben in Gruppen und mit Partnern</li> <li>• selbstständige Verbesserung mit Hilfe von Stationskarten und Aufträgen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Helfergriffe</li> <li>• Kopplung von Bewegungen</li> <li>• Auf- und Abbau von Sportgeräten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollfähigkeit</li> <li>• Stütz/Stützkraft</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Hilfestellung/Sicherheitststellung</li> <li>• Beweglichkeit</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Hilfestellung und Bereitschaft zur Mithilfe</li> <li>• Auf-/Abbau von Geräten</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführung festgelegter Bewegungen nach vorgegebenen Kriterien</li> </ul>

Jahrgangsstufe 5	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs: 6.1
<b>Thema des UV: „Basic Tricks mit dem Seil“</b> – einfache technisch-kordinative Grundformen des Seilspringens erlernen und präsentieren		
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</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>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen ästhetisch-gestalterischen Bewegens (Laufen, Hüpfen, Springen) mit ausgewählten Handgeräten (Reifen, <b>Seil</b> oder Ball) oder Alltagsmaterialien für eine einfache gymnastische Bewegungsgestaltung nutzen [6 BWK 6.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MKR</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [MKR 1.2]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>verschiedene Sprünge mit dem Seil üben (Grundsprung, Kreuzsprung, Doppelsprung, einbeinig)</li> <li>Partnersprünge</li> <li>Sprünge im großen Seil</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>offener Einstieg</li> <li>eigenständiges Üben vorgegebener Sprünge (AB)</li> <li>Partnerkorrektur und Partnerübungen</li> <li>Stationsbetrieb</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koordinationsschulung</li> <li>Hand-/Augen-Koordination</li> <li>Kopplung von Bewegung</li> <li>Ausdauerschulung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kreuzsprung</li> <li>Doppelsprung</li> <li>Grundsprung</li> <li>Partnersprung</li> <li>Seil/Rope</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Umsetzung vorgegebener Übungen mit dem Seil</li> <li>Kooperation mit dem Partner</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Elemente der Seilsprungurkunde</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 5	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 7.2
<p><b>Thema des UV: „Spielen nach Regeln – erster Kontakt mit dem Basketball“</b> – Sich in sportspielgerichteten Spielformen regelgerecht und mannschaftsdienlich verhalten und taktisch angemessen agieren</p>		
<p><b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d – Leistung</b>  <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b></p>	
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (<b>Basketball</b>, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>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>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Merkmale für faires, kooperatives und teamorientiertes sportliches Handeln benennen [6 SK e1]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ihre individuelle Leistungsfähigkeit in unterschiedlichen sportbezogenen Situationen anhand ausgewählter Kriterien auf grundlegendem Niveau beurteilen [6 UK d1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Spiel- und Übungsformen zur Ballgewöhnung</li> <li>Übungsstationen zum Passen, Fangen und Dribbeln</li> <li>einfache Spielformen mit dem Basketball (Parteiball, Turmball)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Spiel- und Übungsformen zum Passen und Fangen</li> <li>Stationsbetrieb zum Üben von Passen und Fangen</li> <li>Partnerbeobachtung</li> </ul>	<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kooperationsfähigkeit</li> <li>Fairness</li> <li>Teamorientierung</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Dribbeln</li> <li>Passen</li> <li>Fangen</li> <li>Regeln</li> </ul>	<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Mitarbeit in Stationsarbeit</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Parkour zum Dribbeln (auch Slalom, über Hindernisse), Passen und Fangen</li> <li>Verhalten im Spiel „Turmball“</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 14</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.2</b>
<b>Thema des UV: „Coole moves zu aktuellen Hits“</b> – Vor dem Hintergrund der gemeinsamen Basischoreographie (Refrain) die einzelnen Liedstrophen in Gruppen selbst gestalten		
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b>
<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 Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine einfache traditionelle (Volkstanz) oder aktuelle (<b>Modetanz</b>) tänzerische Kompositionen präsentieren [6 BWK 6.2]</li> </ul> <b>MKR</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [MKR 1.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Aufstellungsformen und Formationen benennen [6 SK b 2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>einfache kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [6 MK b 2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>kreative, gestalterische Präsentationen anhand grundlegender Kriterien beurteilen [6 UK b 1]</li> </ul> <b>VB</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter bes. Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Geschlechteraspekten kritisch beurteilen (VB Ü, VB B, ...)</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Einübung einfacher Tanzschritte zu vorgegebener Musik</li> <li>individuelle, kreative Ausgestaltung einer vorgegebenen Choreografie</li> <li>Verknüpfung einer vorgegebenen Choreografie mit neuen Elementen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzung einer vorgegebenen Choreografie nach Vorgabe</li> <li>Arbeit in Kleingruppen</li> <li>selbstständiges Erarbeiten von Teilelementen (z.B. Formation) mit Hilfe von Arbeitsblättern</li> <li>ggf. Videoanalyse/ Videofeedback</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Konzentration</li> <li>Koordination</li> <li>Verknüpfung von Musik und Bewegung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmus</li> <li>Beat</li> <li>Formation</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Kreativität</li> <li>Kooperation mit Gruppenmitgliedern</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation einer kleinen tänzerischen Choreografie in einer Gruppe</li> <li>Verschriftlichung der Präsentation</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 10</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.1</b>
<b>Thema des UV: „Ausdauer macht Spaß!“</b> – In unterschiedlichen spielerischen Belastungssituationen die Reaktionen des eigenen Körpers kennen lernen und beschreiben		
<b>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung f – Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • Aerobe Ausdauerfähigkeit	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d] • Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m) und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. <b>Laufen 15 min</b> , Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • psycho-physische Leistungsfaktoren (u.a. Anstrengungsbereitschaft, Konzentrations-fähigkeit) in unterschiedlichen Anforderungssituationen benennen [6 SK d2] • psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3] <b>UK</b> • körperliche Anstrengung anhand der Reaktionen des eigenen Körpers auf grundlegendem Niveau gesundheitsorientiert beurteilen [6 UK f1]	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauerläufe</li> <li>• Zeitschätzläufe</li> <li>• Staffelläufe</li> <li>• Ausdauer Spiele (mit Karten, Puzzle, Würfel, Memory etc.)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle Gestaltung von Läufen</li> <li>• Paarläufe</li> <li>• Mannschaftsspiele</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einschätzen individueller Ausdauerfähigkeit</li> <li>• Reaktionen des eigenen Körpers auf Anstrengung beobachten und verstehen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauer</li> <li>• Puls</li> <li>• Anstrengung</li> <li>• Kreislauf</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Reflexion der Reaktionen des eigenen Körpers</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewertung einer Ausdauerleistung nach vorher kommunizierten Kriterien</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 5</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.2</b>
<b>Thema des UV: „Vom Rennen zum Sprint, vom Hüpfen zum Sprung, vom Werfen zum Weitwurf“ – Leichtathletische Disziplinen entdecken und erleben</b>		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>		<b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegendes leichtathletisches Bewegung</li> <li>• Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegendes leichtathletisches Bewegung (schnelles Laufen, weites/hohes Springen, weites/zielgenaues Werfen) vielseitig und spielbezogen ausführen [6 BWK 3.1]</li> <li>• leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <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>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprint- und Staffelspiele</li> <li>• Erarbeitung Start(kommando)</li> <li>• Lauf-ABC</li> <li>• Reaktionsspiele</li> <li>• einbeinige Sprünge</li> <li>• Sprung-ABC</li> <li>• Übungen zur Wurfkoordination</li> <li>• Phasierung von Wurfbewegungen</li> <li>• Erarbeitung von Bewegungsmerkmalen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeit an Stationen</li> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Arbeit mit Beobachtungsbögen</li> <li>• ggf. Videoanalyse</li> <li>• Selbstständige Verbesserung</li> </ul>	<b><u>Reflektierte Praxis:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung</li> </ul> <b><u>Fachbegriffe:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sprungbein</li> <li>• Schwungbein</li> <li>• Stemmbein</li> <li>• Startkommando</li> <li>• Wurfarm</li> <li>• Sprint</li> </ul>	<b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Beurteilung von Bewegungsabläufen</li> <li>• Beschreibung von Bewegungen</li> </ul> <b><u>punktuell:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 50m-Sprint (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen)</li> <li>• Weitsprung (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen)</li> <li>• Ballwurf (Leistungsbewertung orientiert an der Leistung der MitschülerInnen)</li> </ul>

**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 6**

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Wer bremsen kann, gewinnt</i> “ – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen	8.1	8
UV 2	„ <i>Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd</i> “ – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen	4.1	6
UV 3	„ <i>Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!</i> “ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen	4.2	12
UV 4	„ <i>Wasserspringen ohne Angst und Übermut!</i> “ – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten	4.3	4
UV 5	„ <i>Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß?</i> “ – Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren	2.3	6
UV 6	„ <i>Fit und leistungsstark</i> “ – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können	1.2	8
UV 7	„ <i>Nächste Schritte im Basketball</i> “ – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen	7.3	14
UV 8	„ <i>Wir entwickeln ein neues Spiel</i> “ – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten	2.4	10
UV 9	„ <i>Akrobatik</i> “ – Erarbeitung kleiner Kunststücke in Kleingruppen	5.2	10
UV 10	„ <i>Abgerechnet wird zum Schluss</i> “ – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch	3.3	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE



Jahrgangsstufe 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 8.1
<b>Thema des UV: „Wer bremsen kann, gewinnt“</b> – Einen selbst erstellten niveaudifferenzierten Skate-Parcours sicherheitsbewusst bewältigen		
<b>BF/SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen – Rollsport/Bootsport/Wassersport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> f – Gesundheit, c – Wagnis und Verantwortung
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen und Fahren auf Rollgeräten</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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> <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>• 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>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen auf verschiedenen Geräten (Inliner, Skateboard, Rollbrett)</li> <li>• einfacher Rollparcour</li> <li>• Balanceübungen</li> <li>• Bremstechnik</li> <li>• Regeln für ein sicheres Fahren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben verschiedener Geschicklichkeitsübungen</li> <li>• Experimentieren mit unterschiedlichen Anforderungen beim Fahren</li> <li>• Partnerübungen</li> <li>• Spiel- und Übungsformen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kopplung von Bewegung</li> <li>• Koordination von Bewegungen</li> <li>• Auf- und Abbau</li> <li>• Gefahren beschreiben</li> <li>• Bremstechniken</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rollen</li> <li>• Bremstechniken</li> <li>• Rollfähigkeit</li> <li>• Körperschwerpunkt</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungsintensität</li> <li>• Regeln verschriftlichen und anwenden</li> <li>• Gefahren beschreiben</li> <li>• sicheres Fahrverhalten</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation der Fahrtechnik in einem (vorher festgelegten) Sicherheitsparcour bzw. bei Einzelübungen</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 6</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.1</b>
<p><b>Thema des UV: „Qualle, Delphin, Wal und Flusspferd“</b> – Grundlegende Erfahrungen zur Wasserbewältigung in unterschiedlichen Situationen als Voraussetzung für sicheres Schwimmen nutzen</p>		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>f – Gesundheit</b></p>
<p><b>Inhaltliche Kerne:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Tauchen, Wasserspringen, Bewegungsgestaltungen oder Spiele im Wasser</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• das unterschiedliche Verhalten des Körpers bei Auftrieb, Absinken, Vortrieb und Rotationen (um die Längs-, Quer- und Tiefenachse) im und unter Wasser wahrnehmen [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>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• grundlegende sportartspezifische Gefahrenmomente sowie Organisations- und Sicherheitsvereinbarungen für das sichere sportliche Handeln benennen [6 SK f1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spiel-, Übungs- und Wettkampfstätten situationsangemessen und sicherheitsbewusst nutzen [6 MK f1]</li> </ul>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientierungsfähigkeit im Wasser</li> <li>• Abstoßen und Gleiten</li> <li>• Ausatmen unter Wasser</li> <li>• Vortrieb, Auftrieb, Absinken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und Experimentieren</li> <li>• offener Einstieg</li> <li>• erfahrungs- und erlebnisorientiertes Spielen</li> <li>• kooperative Arbeitsformen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten im Wasser</li> <li>• Sicherheitsaspekte im und um das Wasser</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vortrieb, Auftrieb, Absinken</li> <li>• Wasserwiderstand</li> <li>• Gleiten</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsintensität</li> <li>• Einlassen auf Situationen</li> <li>• konstruktive Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> <li>• Einhalten Baderegeln</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baderegeln</li> <li>• Qualität von Abstoßen und Gleiten</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.2</b>
<b>Thema des UV: „Daumen – Greifen – Ziehen – Drücken! Und Drehen! Und Atmen!“ – Beim Erlernen des Kraulschwimmens den Wasserwiderstand zum sicheren Vortrieb erfahren und nutzen</b>		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> <li>• Schwimmmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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> <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> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Hilfen (z.B. Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Üben sportlicher Bewegungen verwenden [6 MK a2]</li> </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>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung Beinschlag beim Kraulschwimmen (Brust oder Rücken)</li> <li>• Koordination Beinschlag und Atmung</li> <li>• Vergleich Armzug Brust- und Rückenraul</li> <li>• Technik Kraulschwimmen</li> <li>• Rhythmisierung der Atmung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partnerbeobachtung</li> <li>• Beobachtungsbögen und Visualisierungshilfen</li> <li>• Übungsformen zur Verbesserung der individuellen Technik</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Koordinationsfähigkeit</li> <li>• Bewegungsmerkmale anhand von Bildreihen benennen</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmlage</li> <li>• Gleitzugtechnik</li> <li>• Armzug</li> <li>• Rhythmusschulung</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Einhalten der Baderegeln</li> <li>• Verantwortung bei Partnerbeobachtung</li> <li>• konstruktive Mitarbeit in Gesprächsphasen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration der Schwimmtechnik vor dem Hintergrund erarbeiteter Kriterien</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 4	Nummer des UVs im BF/SB: 4.3
<b>Thema des UV: „Wasserspringen ohne Angst und Übermut!“</b> – Beim vielfältigen Springen mit Angst umgehen und seine Grenzen ausloten		
<b>BF/SB 4 Bewegen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen c – Wagnis und Verantwortung
<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]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Fertigkeiten (Atmen, Tauchen, Gleiten, Springen) ohne Hilfsmittel im Tiefwasser zum sicheren und zielgerichteten Bewegen nutzen [6 BWK 4.2]</li> <li>in unterschiedlichen Situationen sicherheitsbewusst springen und tauchen [6 BWK 4.4]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <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>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Springen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> <li>unterschiedliche Sprünge (Paketsprünge, Kopfsprünge etc.)</li> <li>Partnersprünge</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erproben und Experimentieren</li> <li>offene Gestaltung</li> <li>Wahrnehmen und Reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>situationsangemessenes Sprungverhalten</li> <li>Einschätzung von Situationen</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Auftrieb</li> <li>Wasserwiderstand</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzung erteilter Arbeitsaufträge</li> <li>Einhaltung von Sicherheitsvorschriften</li> <li>konstruktive Mitarbeit</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sprungtechnik</li> <li>Schwierigkeitsgrad der Sprünge</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 6</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.3</b>
<b>Thema des UV: „Welche (Pausen-)Spiele machen am meisten Spaß? –</b> Verschiedene Spiele und Spielideen kennen lernen, kriterienorientiert variieren und deren Regeln dokumentieren		
<b>BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfeld:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele eigenverantwortlich (nach-)spielen und situations- und kriterienorientiert gestalten [6 BWK 2.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <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>• in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]</li> </ul> <b>UK</b>

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sammeln und Erfahrungen unterschiedlicher Spielideen</li> <li>• Erprobung und Reflexion verschiedener Spiele</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation</li> <li>• Gruppenarbeit</li> <li>• Vergleich von Spielideen</li> <li>• Verschriftlichung von Spielideen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen in Spielsituationen</li> <li>• Situationsangemessenes Spielverhalten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik</li> <li>• Fairness</li> <li>• Regelbewusstsein</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• taktische Fähigkeiten</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Bewegungsintensität</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Benennen und Beurteilen von Abläufen</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 8	Nummer des UVs im BF/SB: 1.2
<b>Thema des UV: „Fit und leistungsstark“</b> – In einer selbst gewählten Schwimmtechnik unter Berücksichtigung der Reaktionen des eigenen Körpers ausdauernd schwimmen können		
<b>BF/SB 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>f – Gesundheit</b>	
<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>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung <b>im Schwimmen (15 min, beliebige Schwimmart, mind. 200m)</b> und in einem weiteren Bewegungsfeld über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. Laufen 15 min, Aerobic 15 min, Radfahren 30 min) erbringen [6 BWK 1.4]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <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>psycho-physische Reaktionen des Körpers in sportlichen Anforderungssituationen beschreiben [6 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b>  <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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ausdauertraining</li> <li>Staffelspiele</li> <li>Intervalltraining</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Üben in Einzelarbeit</li> </ul>	<b><u>Reflektierte Praxis:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion der eigenen Ausdauerfähigkeit</li> <li>Reflexion der eigenen Anstrengung</li> </ul> <b><u>Fachbegriffe:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausdauer</li> <li>Anstrengung</li> </ul>	<b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>kontinuierliches Üben</li> </ul> <b><u>punktuell:</u></b> 15 Minuten Ausdauerleistung in beliebiger Schwimmart (mind. 200m) Abstufung klassenintern

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 14</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.3</b>
<b>Thema des UV: „Nächste Schritte im Basketball“</b> – Einfache Spielsituationen im Spiel 3:3 durch taktisch angemessenes und regelgerechtes Verhalten bewältigen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (<b>Basketball</b>, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <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>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK 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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Schulung der sportartspezifischen Ballbehandlung</li> <li>Spiele und Spielformen im Basketball mit vereinfachten Regeln</li> <li>Übungsformen zum Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>Korbwurf</li> <li>Parteiball</li> <li>Streetball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>von Bewegungsauführungen im/aus dem Stand zur Bewegung</li> <li>vom Leichten zum Schwierigen</li> <li>Partnerarbeit</li> <li>Arbeit mit Bewegungsbildern</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualitätsmerkmale von Grundtechniken im Basketball</li> <li>Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen in Spielsituationen</li> <li>situationsangemessenes Spiel- und Übungsverhalten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>Korbwurf</li> <li>Angriff</li> <li>Miteinander spielen</li> <li>Regeln</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Engagement beim Üben in der Gruppe und individuell</li> <li>allgemeine Mitarbeit</li> <li>Einhalten von Regeln</li> <li>Reflexion von Unterrichtsphasen und eigenem Verhalten</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstration von Übungen zum Passen, Fangen, Dribbeln, Korbwurf</li> <li>Bewertung einfacher Spielsituationen</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 10</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.4</b>
<b>Thema des UV: „Wir entwickeln ein neues Spiel“</b> – Ein eigenes Spiel ausgehend von bekannten Spielideen und vereinfachten Regelstrukturen entwickeln und hinsichtlich ausgewählter Aspekte bewerten		
<b>BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltliche Kerne:</b> • Kleine Spiele und Pausenspiele	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b>  • 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 2.3]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b>  <b>MK</b> • selbstständig und verantwortungsvoll Spielflächen und -geräte gemeinsam auf- und abbauen [6 MK e1] • in sportlichen Handlungssituationen grundlegende, bewegungsfeldspezifische Vereinbarungen und Regeln dokumentieren [6 MK e2]  <b>UK</b> • 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]	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Entwicklung, Verwirklichung und Bewertung eigener Spielideen</li> <li>Abwandlung eines vorgegebenen Spiel</li> <li>Erarbeitung von Kriterien für ein gelungenes Spiel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeit in Kleingruppen</li> <li>Präsentation der Ergebnisse</li> <li>Reflexion und Veränderung</li> <li>Verschriftlichung von Ergebnissen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualitätsmerkmale von Spielen</li> <li>situationsangemessenes Spielverhalten</li> <li>Nachdenken über Spielideen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koordination</li> <li>Technik</li> <li>Taktik</li> <li>Spiel</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeits- und Sozialverhalten in Kleingruppen</li> <li>Benennen und Beurteilen von Spielideen</li> <li>Organisation von Auf-/Abbau</li> <li>Dokumentation von Spielideen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation und Reflexion des Spiels (Bewertung auch durch Mitschüler)</li> </ul>



Jahrgangsstufe: 6	Dauer des UVs: 10	Nummer des UVs im BF/SB: 5.2
<b>Thema des UV: „Akrobatik“ – Erarbeitung kleiner Kunststücke in Kleingruppen</b>		
<b>BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen b – Bewegungsgestaltung
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>• Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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, Reck/Barren, Bank/Balken/Slackline, Kasten/Bock, Sprossenwand, Boulder-/Kletterwand) demonstrieren [6 BWK 5.1]</li> <li>• eine Bewegungsverbinding aus turnerischen Grundelementen an einem ausgewählten Gerät (Boden, Barren, Reck oder Schwebelbalken) demonstrieren [6 BWK 5.2]</li> <li>• grundlegende turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [6 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen in vielfältigen Bewegungssituationen beschreiben [6 SK a1]</li> <li>• wesentliche Bewegungsmerkmale einfacher Bewegungsabläufe benennen [6 SK a2]</li> <li>• Grundformen gestalterischen Bewegens (in zwei Bewegungsfeldern) benennen [6 SK b1]</li> </ul> <b>MK/MKR</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• mediengestützte Bewegungsbeobachtungen zur kriteriengeleiteten Rückmeldung auf grundlegendem Niveau nutzen [6 MK a1]</li> <li>• einfache Hilfen (z.B. 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>• einfache Bewegungsabläufe hinsichtlich der Bewegungsqualität auf grundlegendem Niveau kriteriengeleitet beurteilen [6 UK a1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen zu Körperspannung und Entspannung</li> <li>• Vertrauensübungen zur Überwindung von Hemmungen zur Aufnahme von Körperkontakt</li> <li>• Erarbeitung von Grundlagen (Brett, Bank, Stuhl, Flieger)</li> <li>• Erarbeitung von Pyramiden (Choreo)</li> <li>• Hilfe-/Sicherheitsstellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erarbeitung von Grundelementen anhand von Bewegungskarten</li> <li>• Erarbeitung von Helfergriffen im Unterrichtsgespräch</li> <li>• Fixierung von Regeln</li> <li>• selbstständige Erarbeitung einer Präsentation in Kleingruppen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualitätsmerkmale von Bewegung</li> <li>• situationsangemessenes Verhalten in der Kleingruppe</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bank</li> <li>• Brett</li> <li>• Flieger</li> <li>• Stuhl</li> <li>• Griffe</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben</li> <li>• Beteiligung in der GA</li> <li>• Skizzierung von Präsentationen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer Akrobatik-Choreo</li> </ul>

<b>Jahgangsstufe: 6</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.3</b>
<b>Thema des UV: „Abgerechnet wird zum Schluss“</b> – Wir bereiten uns gemeinsam auf einen leichtathletischen Dreikampf vor und führen ihn regelgerecht gegeneinander durch		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe und Mehrkämpfe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>leichtathletische Disziplinen (u.a. Sprint, Weitsprung, Ballwurf) auf grundlegendem Fertigkeiteniveau ausführen [6 BWK 3.2]</li> <li>einen leichtathletischen Wettbewerb unter Berücksichtigung grundlegenden Wettkampferhaltens durchführen [6 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportartspezifische Vereinbarungen, Regeln und Messverfahren in unterschiedlichen Bewegungsfeldern beschreiben [6 SK e2]</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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>genormtes leichtathletisches Bewegen</li> <li>Lauf-ABC</li> <li>Sprung-ABC</li> <li>Wurfschulung</li> <li>Messverfahren sachgerecht anwenden</li> <li>Wettkampfregele der Leichtathletik erarbeiten</li> <li>Sicherheitsbestimmungen</li> <li>Wettkampfstätten herrichten und betreuen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>eigenverantwortliches und selbständiges Üben und Trainieren (allein und in der Gruppe)</li> <li>individuelle Vorbereitung auf eine Wettkampfleistung</li> <li>Arbeit mit Technikbildern</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualitätsmerkmale von Techniken</li> <li>Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen</li> <li>situationsangemessenes Verhalten</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Startkommando</li> <li>Hocksprung</li> <li>Kniehub</li> <li>Messung</li> <li>Wurf-/Sprung-/Sprinttechnik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>angemessenes Trainings- und Wettkampferhalten</li> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Umsetzung von Techniken</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>normierter Dreikampf nach Punktwertung BJS</li> </ul>

**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 7**

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Min.)
UV 1	„ <i>Übung macht den Meister</i> “ – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern	3.4	12
UV 2	„ <i>Schwingen, Stützen &amp; Springen</i> “ – an unterschiedlichen Turngeräten sicher Turnen	5.3	12
UV 3	„ <i>Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein</i> “ – Spielsituationen im Tischtennis wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln	7.4	12
UV 4	„ <i>Glück - Strategie - Geschicklichkeit</i> “ – Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren	2.5	6
UV 5	„ <i>Gentlemanjonglage – mehr als eine Kaskade</i> “ – mit selbst gewählten Alltagsgegenständen jonglieren und balancieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren	6.3	10
UV 6	„ <i>Ich will besser werden!</i> “ – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul-, Brust-, Rücken- oder Delphinschwimmen) mit Start und Wende optimieren	4.4	8
UV 7	„ <i>Abtauchen!</i> “ – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen	4.5	4
UV 8	„ <i>Hiiilfe!</i> “ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten (u.a. Schwimmabzeichen Bronze)	4.6	10
UV 9	„ <i>Spielend lernen</i> “ – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln	2.6	6
UV 10	„ <i>Einer wird gewinnen</i> “ – mit unterschiedlichen Partner*innen fair und regelkonform zweikämpfen	9.2	8
UV 11	„ <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</i> “ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen	7.5	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			140 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			100 UE
Freiraum:			40 UE

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.4</b>
<b>Thema des UV: „Übung macht den Meister“</b> – Unterschiedliche leichtathletische Techniken durch gezieltes Lernen und Üben verbessern		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</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>  <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigniveau ausführen [10 BWK 3.1]</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li><li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li></ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li><li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Gelände-hilfen, 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>den Einsatz unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Gelände-hilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li></ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern</li> <li>Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfgeln in den genannten Disziplinen</li> <li>Messverfahren sachgerecht anwenden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen, Stationsbetrieb)</li> <li>Erarbeiten der Bewegungsmerkmale mithilfe von Bildreihen und Videos</li> <li>Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen)</li> <li>Wettkampfstätten sachgerecht herrichten</li> <li>Lernaufgabe zum Erlernen der Technik</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hochsprung oder Kugelstoß oder Hürdenlauf nach Abstimmung mit der Lerngruppe</li> <li>Kooperationsfähigkeit</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wettkampfgeln</li> <li>(abhängig von ausgewählter Disziplin)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen</li> <li>angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen, Stationsarbeit etc.) zeigen</li> <li>Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> </ul>

	<p>sowie zur Recherche über die Technik</p> <p><b>Fachbegriffe - Methodenkompetenz</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundlegende Wettkampfregele zu den genannten Disziplinen</li> <li>• Startkommando</li> </ul>		<p><b>punktuell:</b></p> <p>Techniküberprüfung – Merkmale</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— Grobkoordination</li> <li>— Bewegungsfluss (grundlegend)</li> <li>— Bewegungsdynamik</li> </ul> <p>Bewegungsrhythmus</p>
--	---	--	---

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF/SB: 5.3
<p><b>Thema des UV: „Schwingen, Stützen &amp; Springen“ – an unterschiedlichen Turngeräten sicher Turnen</b></p>		
<p><b>BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b></p>		<p><b>Inhaltsfeld:</b></p> <p>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</p> <p>c – Wagnis und Verantwortung</p>
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Normgebundenes/ normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen/Gerätekombinationen</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>• grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>• Wagnis und Verantwortung [c]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <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>• turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) sportlichen Handelns in Wagnissituationen erläutern [10 SK c1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> <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> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>• komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher</li> </ul>

	Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]
--	--

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Differenziertes Üben von Elementen des formgebundenen und freien Turnens</li> <li>• Gegenseitig Helfen und Sichern lernen</li> <li>• Erlernen und Beherrschen von Grätsch- und Hocksprüngen</li> <li>• Kennenlernen des Gruppen- und Synchronspringens</li> <li>• Körperspannung und Haltung entwickeln und bewusst wahrnehmen</li> <li>• Wagnisse eingehen, das individuelle Angstlevel einschätzen und verschieben</li> <li>• Persönliche Wagnisse in kalkulierte Risiken umwandeln</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Methodische Übungsreihen zur Erlernung einer Turnbewegung</li> <li>• Eröffnung von Wagniserfahrungen</li> <li>• Erlernen von Bewegungen durch Vereinfachung und Einteilung in Teilbewegungen</li> <li>• An Übungsstationen Könnens-erlebnisse sichern</li> </ul>	<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit beim Aufbau und bei der Ausführung von Bewegungen, gegenseitige Hilfestellungen</li> <li>• Sprunggrätsche und Sprunghocke über den Bock/Kasten</li> <li>• Strecksprünge und freie Sprünge vom Reutherbrett/ Minitramp</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hocke, Grätsche</li> <li>• Aufhocken, Durchhocken, Überhocken</li> <li>• Turnelement, Aufgang, Abgang</li> <li>• Ristgriff, Kammgriff, Zwiegriff</li> </ul>	<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische, kognitive und soziale Leistung</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorisches Können</li> <li>• Einschätzung eigener Fähigkeiten beim Eingehen von Wagnissen</li> <li>• Erreichen individueller Wagnisgrenzen und Verschieben des eigenen Wagnislevels</li> <li>• Individueller Leistungsfortschritt</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Mitarbeit in Theoriephasen</li> <li>• Einsatz in Gruppenarbeitsphasen</li> <li>• Eingehen auf leistungsschwache MitschülerInnen</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Leistung beim Ausführen themenbezogener Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsausführungen: Sprunggrätsche, Sprunghocke und Strecksprung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 12	Nummer des UVs im BF: 7.4
<b>Thema des UV: „Den Anforderungen eines Turniers gewachsen sein“</b> – Spielsituationen im Tischtennis wahrnehmen und technisch-koordinativ und taktisch-kognitiv angemessen handeln		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung, e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltlicher Kern:</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>Handlungssteuerung (c)</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten (e)</li> <li>Interaktion im Sport (e)</li> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>sportspielspezifische Handlungssituationen in unterschiedlichen Sportspielen differenziert wahrnehmen, taktisch-kognitiv angemessen agieren und fair und mannschaftsdienlich spielen [10 BWK 7.1]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>emotionale Signale in sportlichen Handlungssituationen beschreiben [10 SK c2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches 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, Genderaspekte) beurteilen [10 UK e1]</li> </ul>

<u>didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<p><b><u>Inhalte</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit beim Aufbau der TT-Platte</li> <li>• Erlernen der richtigen Schlägerhaltung</li> <li>• Erlernen der grundlegenden Technik Schupfen in Vh und Rh</li> <li>• Erlernen des regelgerechten Aufschlags</li> <li>• Kenntnis schulrelevanter Regeln für das Einzelspiel</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Shake-Hand</li> <li>• Vorhand, Rückhand Aufschlag</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ballmaschine: Automatisierung einfacher Bewegungsabläufe, Schulung der Koordination</li> <li>• Stationen-lernen: gemeinsam den Schwächen entgegenarbeiten</li> <li>• Turnierfor-men: wettkampf-mäßiges Verhalten und Schiedsrichtertätigkeit</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe</u></b></p> <p>Ballmaschine</p>	<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Systemtraining</li> <li>• Turniervarianten</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaiserturnier</li> <li>• Christbaumturnier</li> <li>• Wettkampfgeregeln</li> </ul>	<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterrichtsdienliches Verhalten</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Hilfsbereitschaft beim Aufbau</li> <li>• Übungsintensität</li> </ul> <p><b><u>punktuell</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Je 5 Aufschläge Vh und Rh diagonal</li> <li>• Spiel über 3 Minuten, 1 mit 1</li> </ul> <p><b><u>Beobachtungskriterien</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Regelkonformität</li> <li>• Spielfluss</li> <li>• Flughöhe des Balles</li> <li>• Körperstellung Schlägerhaltung</li> </ul>

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6	Nummer des UVs im BF/SB: 2.5
<p><b>Thema des UV:</b> „Glück - Strategie - Geschicklichkeit“ –Spiele mit unterschiedlichen Strukturmerkmalen beim Spielen erleben, gezielt variieren und auf ihre Wirkung hin reflektieren</p>		
<p><b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>  <b>f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eigene Spiele unter Berücksichtigung ausgewählter Strukturmerkmale (z.B. Glück,</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen Kriterien geleitet</li> </ul>	



Strategie und Geschicklichkeit) Kriterien orientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.3]	in ihrer Notwendigkeit und Funktion für das Gelingen sportlicher Handlungen erläutern [10 SK e2] <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>
--	--

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Eigenständiges Erstellen von Kriterien/Regeln für ein Wettkampfspiel</li> <li>Spiele für Spaßwettkämpfe</li> <li>Spiele für einen bestimmten Zweck</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vergleichbarkeit</li> <li>Antizipation</li> <li>Rollenverteilung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>In Gruppenarbeit Lösungsvorschläge erstellen, vergleichen und bewerten</li> <li>Präsentation der Ergebnisse</li> <li>Vergleich und Reflexion in der Klasse</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Technik- und Taktikentwicklung</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fairness</li> <li>Regeln</li> <li>Fangspiele</li> <li>Staffelspiele</li> <li>Tor-, Korb- und Kooperationsspiele</li> <li>Spiele mit Alltagsgegenständen, z.B. Schuhhockey</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>(weitere, abhängig von erdachtem Spiel)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeitsverhalten in der Gruppe</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Reflexionsfähigkeit</li> <li>Technisch-kordinative Fähigkeiten</li> <li>Taktische Fähigkeiten</li> <li>Bewegungsintensität</li> </ul> <p><b>punktuell</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation des Spiels</li> <li>Kriterien geleitete Rückmeldung durch die Mitschüler</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 10</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 6.3</b>
<b>Thema des UV: „Gentlemanjonglage – mehr als eine Kaskade“</b> – mit selbst gewählten Alltagsgegenständen jonglieren und balancieren und dabei einen Text oder eine Musik interpretieren		
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</b>	<b>Inhaltsfeld: b - Bewegungsgestaltung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>darstellende Bewegungsformen und Bewegungskünste (Pantomime, Bewegungstheater oder <b>Jonglage</b>)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausgangspunkte von Gestaltungen [b]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- und neugestaltete künstlerische Bewegungskomposition mit oder ohne Materialien aus dem ausgewählten Bereich (Pantomime, Bewegungstheater oder <b>Jonglage</b>) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b>  <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Ausgangspunkte (<b>Texte, Musik</b> 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>die Ausführungs- und Bewegungsqualität bei sich und anderen nach vorgegebenen Kriterien beurteilen [10 UK b1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Schulung der räumlich-kognitiven Fähigkeiten durch Jonglage (Augen-Hand-Koordination)</li> <li>Verbesserung der motorischen Fähigkeiten, Reflexe und des Konzentrationsvermögens</li> <li>Erarbeitung von Grundlagen (Kreuzwurf, (Innen-)Kaskade</li> <li>Zur Binnendifferenzierung: (Außen-)Kaskade, Shower</li> <li>Erarbeitung von Einzel-/ Kleingruppenchoreos)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erarbeitung von Grundelementen anhand von Bewegungskarten</li> <li>Festlegung von Kriterien für eine gelungene Jonglierchoreografie in Beziehung zu einem Text/Musik</li> <li>selbstständige Erarbeitung einer Präsentation individuell oder in Kleingruppen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Qualitätsmerkmale von Bewegung</li> <li>Situationsangemessenes Verhalten in der Kleingruppe</li> <li>Originalität</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Innenkaskade</li> <li>Außenkaskade</li> <li>Kreuzwurf</li> <li>Shower</li> </ul> <b>1)</b>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>kontinuierliches und selbstbestimmtes Üben</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>ggf. Beteiligung in der GA</li> <li>Skizzierung von Präsentationen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation einer Jonglier-Choreo mit Text/Musik</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UV: 6 UE</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 4.4</b>
<b>Thema des UV: „Ich will besser werden!“</b> – Die eigene Schwimmtechnik (im Kraul-, Brust-, Rücken- oder Delphinschwimmen) mit Start und Wende optimieren		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfeld: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Schwimmarten einschließlich Start und Wende</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine Wechselzug- und eine Gleichzugtechnik einschl. Atemtechnik, Start und Wende auf technisch-koordinativ höherem Niveau sicher ausführen [10 BWK 4.1]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>Festigung der Schulung von Wechselzug-techniken (Armzug, Beinschlag, Atmung, Start, Wende) und einer Gleichzugarm-technik</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erproben und vergleichen einzelner Komponenten der Koordination</li> <li>Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Arbeitsmethode: Erproben, Selektieren von Bewegungsausführungen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Vertiefung: Wechselzugtechnik: Kraul- und Rückenkraulschwimmen, Gleichzugtechnik: Brustschwimmen, Starts, Wenden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wechselzug/Gleichzug</li> <li>Zug-, Druck-, Schwungphase</li> <li>Atemtechnik</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausführungsqualität nach Anweisungen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Beobachtungskriterium:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auftrieb, Wasserwiderstand</li> <li>• Schwimmlage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik Rücken- und Brustschwimmen, Start, Wende</li> <li>• Bewegungsgenauigkeit</li> </ul>
--	--	---	--

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des Uvs: 8 UE</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 4.5</b>
<b>Thema des UV: „Abtauchen!“</b> – Sich unter Wasser orientieren und zunehmend sicher bewegen		
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit	
<b>Inhaltlicher Kern:</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> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen 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> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen 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>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>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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>Tauchen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Orientierungsfähigkeit im Wasser</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Tauchen</li> <li>Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser als Einzelner und in der Gruppe</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <p>Arbeitsmethode: Erproben, Selektieren von Bewegungsausführungen</p>	<p><b>Reflektierte Praxis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen/Tauchen</li> <li>Vortrieb, Auftrieb, Rotation und Absinken</li> <li>Individuelles Tauchen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Auftrieb</li> <li>Wasserwiderstand</li> <li>Wasserdruck</li> <li>Druckausgleich</li> <li>Hyperventilation</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend</b></p> <p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausführungsqualität nach Anweisungen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <p>Beobachtungskriterium:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausführungsqualität</li> </ul>

Tauchen (Tief- und Streckentauchen)		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwimmbad „Black Out“</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Streckentauchen</li> </ul>
-------------------------------------	--	--	---

Jahrgangsstufe: 7	Dauer des UVs: 6 UE	Nummer des UVs im BF/SB: 4.6	
<b>Thema des UV: „Hiilfe!“ – Gefahren im Wasser sicher begegnen und sich selbst und andere retten</b>			
<b>BF/SB 4 Bewegungen im Wasser – Schwimmen</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> c – Wagnis und Verantwortung f – Gesundheit	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicheres und ausdauerndes Schwimmen, Rettungsschwimmen</li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Maßnahmen und Möglichkeiten zur Selbst- und Fremdreitung sachgerecht nutzen [10 BWK 4.2]</li> <li>• Abnahme des Jugendschwimmabzeichens Bronze</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• die Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen im Hinblick auf die Anforderung, das eigene Können und mögliche Gefahren erläutern [10 SK c3]</li> </ul> <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>• 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>	
<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<u>Inhalte</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einwirkung des Mediums Wasser auf Körperbewegung und Körperreaktion feststellen und variieren</li> <li>• Springen und Tauchen als bewusstes Erleben von Wagnis und Verantwortung</li> <li>• Verantwortliche Selbst- und Fremdreitung</li> </ul> <u>Fachbegriffe</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erproben und vergleichen einzelner Komponenten der Koordination</li> <li>• Erfahren des spezifischen Verhaltens im Wasser in Risikosituationen</li> <li>• Wahrnehmen und reflektieren von physikalischen Gesetzmäßigkeiten beim Schwimmen</li> </ul> <u>Fachbegriffe</u>	<u>Reflektierte Praxis</u> Gegenstände <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportartspezifische Sicherheitsaspekte beim Schwimmen und retten</li> <li>• Ausdauerndes Schwimmen</li> <li>• Individuelles Springen und Tauchen</li> <li>• Erarbeitung von Bewertungskriterien für die Ausdauerleistung</li> </ul> <u>Fachbegriffe</u>	<u>unterrichtsbegleitend</u> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausführungsqualität nach Anweisungen</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Einhaltung der Sicherheitsvorschriften</li> </ul> <u>punktuell</u> Beobachtungskriterium: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ausdauerleistung</li> <li>• Rettungsmaßnahmen</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Orientierungsfähigkeit im Wasser</li> <li>• Rettung</li> <li>• Ausdauerleistung             <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baderegeln</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsmethode: Erproben, Selektieren von Bewegungsausführungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall-/ Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Selbst- und Fremdreitung</li> <li>• Befreiungstechniken</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Theoretische Kenntnisse zur Selbst- und Fremdreitung (z.B. Baderegeln etc.)</li> </ul>
---	---	---	---

Jahrgangsstufe: 7		Dauer des UVs: 6		Nummer des UVs im BF/SB: 2.6									
<b>Thema des UV: „Spielend lernen“</b> – Spiele mit konditionellen, koordinativen und kognitiven Anforderungen spielen, variieren und eigenständig weiterentwickeln													
<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>			<b>Inhaltsfeld: d – Leistung</b>										
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kleine Spiele und Pausenspiele</li> </ul>			<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>										
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• lernförderliche Spiele und Spielformen unter Berücksichtigung ausgewählter Zielsetzungen (u.a. Förderung der Konzentrationsfähigkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.1]</li> </ul>			<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• koordinative Anforderungen von Bewegungsaufgaben benennen [10 SK d3]</li> </ul> <b>MK</b>  <b>UK</b>										
<table border="1"> <thead> <tr> <th><u>Didaktische Entscheidungen</u></th> <th><u>Methodische Entscheidungen</u></th> <th><u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u></th> <th><u>Leistungsbewertung</u></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenständiges Erstellen von Kriterien/Regeln für ein Wettkampfspiel</li> <li>• Erarbeiten der konditionellen, koordinativen, kognitiven Anforderungen eines Wettkampfspiels</li> <li>• Veränderung dieser Anforderungen durch Modifizierung des Zielspiels</li> <li>• Erarbeiten von Spielen, die speziell einen konditionellen (koordinativen, kognitiven) Faktor akzentuieren</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b>            Vergleichbarkeit         </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• In Gruppenarbeit Lösungsvorschläge erstellen, vergleichen und bewerten</li> <li>• Präsentation der Ergebnisse</li> <li>• Vergleich und Reflexion in der Klasse</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik- und Taktikentwicklung</li> </ul> </td> <td> <b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness</li> <li>• Athletik</li> <li>• Regeln</li> <li>• Fangspiele</li> <li>• Staffelspiele</li> <li>• Tor-, Korb- und Kooperationsspiele</li> <li>• Spiele mit Alltagsgegenständen</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Konditionelle Leistungsfaktoren Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer</li> <li>• Koordinative Faktoren</li> <li>• Kognitive Faktoren</li> </ul> </td> <td> <b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsverhalten in der Gruppe</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Verständigungsprozesse</li> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• Technisch-koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Taktische Fähigkeiten</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul> <b>punktuell</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Spiels</li> <li>• Kriterien geleitete Rückmeldung durch die Mitschüler</li> </ul> </td> </tr> </tbody> </table>						<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>	<b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenständiges Erstellen von Kriterien/Regeln für ein Wettkampfspiel</li> <li>• Erarbeiten der konditionellen, koordinativen, kognitiven Anforderungen eines Wettkampfspiels</li> <li>• Veränderung dieser Anforderungen durch Modifizierung des Zielspiels</li> <li>• Erarbeiten von Spielen, die speziell einen konditionellen (koordinativen, kognitiven) Faktor akzentuieren</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> Vergleichbarkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Gruppenarbeit Lösungsvorschläge erstellen, vergleichen und bewerten</li> <li>• Präsentation der Ergebnisse</li> <li>• Vergleich und Reflexion in der Klasse</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik- und Taktikentwicklung</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness</li> <li>• Athletik</li> <li>• Regeln</li> <li>• Fangspiele</li> <li>• Staffelspiele</li> <li>• Tor-, Korb- und Kooperationsspiele</li> <li>• Spiele mit Alltagsgegenständen</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Konditionelle Leistungsfaktoren Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer</li> <li>• Koordinative Faktoren</li> <li>• Kognitive Faktoren</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsverhalten in der Gruppe</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Verständigungsprozesse</li> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• Technisch-koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Taktische Fähigkeiten</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul> <b>punktuell</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Spiels</li> <li>• Kriterien geleitete Rückmeldung durch die Mitschüler</li> </ul>
<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>										
<b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigenständiges Erstellen von Kriterien/Regeln für ein Wettkampfspiel</li> <li>• Erarbeiten der konditionellen, koordinativen, kognitiven Anforderungen eines Wettkampfspiels</li> <li>• Veränderung dieser Anforderungen durch Modifizierung des Zielspiels</li> <li>• Erarbeiten von Spielen, die speziell einen konditionellen (koordinativen, kognitiven) Faktor akzentuieren</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> Vergleichbarkeit	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Gruppenarbeit Lösungsvorschläge erstellen, vergleichen und bewerten</li> <li>• Präsentation der Ergebnisse</li> <li>• Vergleich und Reflexion in der Klasse</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technik- und Taktikentwicklung</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fairness</li> <li>• Athletik</li> <li>• Regeln</li> <li>• Fangspiele</li> <li>• Staffelspiele</li> <li>• Tor-, Korb- und Kooperationsspiele</li> <li>• Spiele mit Alltagsgegenständen</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unfall- und Verletzungsprophylaxe</li> <li>• Konditionelle Leistungsfaktoren Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer</li> <li>• Koordinative Faktoren</li> <li>• Kognitive Faktoren</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsverhalten in der Gruppe</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Verständigungsprozesse</li> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• Technisch-koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Taktische Fähigkeiten</li> <li>• Bewegungsintensität</li> </ul> <b>punktuell</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Spiels</li> <li>• Kriterien geleitete Rückmeldung durch die Mitschüler</li> </ul>										



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Antizipation</li> <li>• Rollenverteilung</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• (weiteres, abhängig von erdachtem Spiel)</li> </ul>	
--	--	--	--

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 8</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 9.2</b>
<b>Thema des UV: „Einer wird gewinnen“</b> – mit unterschiedlichen Partnerinnen und Partnern fair und regelkonform zweikämpfen		
<b>BF/SB 9 Ringen und Kämpfen - Zweikampfsport</b>		<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz
<b>Inhaltlicher Kern:</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>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li><li>• Interaktion im Sport [e]</li></ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• in unterschiedlichen Zweikampfhandlungen situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li></ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Vereinbarungen und Regeln für ein faires und gelingendes sportliches Handeln analysieren und kriteriengeleitet modifizieren [10 MK e1]</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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Reaktivierung und Erweiterung des Regelkataloges als Voraussetzung für einen fairen Kampf</li> <li>• Reaktivierung/Erweiterung der Sicherheitsbestimmungen</li> <li>• Durchführung verschiedener Kämpfe nach Vorgabe um Gegenstände aber auch gegeneinander (im Kniestand)</li> <li>• Festigung von Ritualen (Begrüßung/Verabschiedung)</li> <li>• Bewertung von Kampfsituationen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Partner- und Gruppenkämpfe gegeneinander</li> <li>• Gruppenarbeit (z.B. zur Erweiterung bereits erarbeiteter Regeln/sicherheitsbestimmungen)</li> <li>• selbstständige Erprobung und Bewertung in der Kampfsituation</li> <li>• Verschriftlichung der neuen Regeln/Sicherheitsbestimmungen</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbesserung der Körperbeherrschung in Kampfsituationen</li> <li>• Körperspannung und -entspannung</li> <li>• Kooperation</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoppregel</li> <li>• Halteregel</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Kniestand</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mitarbeit in Arbeitsphasen</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Einhalten von Regeln</li> <li>• Umsetzung von vorgegebenen Haltegriffen</li> <li>• Bewertung/Reflexion von Kampfsituationen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• einfache Kämpfe</li> </ul>

• Selbsteinschätzung im Kampf			
-------------------------------	--	--	--

<b>Jahrgangsstufe: 7</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 7.5</b>
<b>Thema des UV:</b> „ <i>Gegeneinander spielen und gewinnen wollen</i> “ – im Basketballspiel 3:3 regelkonform sowie individual-, gruppen- und mannschaftstaktisch in einfachen Systemen angemessen spielen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> • Mannschaftsspiele ( <b>Basketball</b> , Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> • Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e] • Interaktion im Sport [e]	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> • in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> • Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a., wettkampf-spezifische Regeln kennen, taktisch an-gemessen agieren) erläutern [10 SK e1] <b>MK</b> • einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2] <b>UK</b> • das eigene sportliche Handeln sowie das sportliche Handeln anderer kriteriengeleitet im Hinblick auf ausgewählte Aspekte (u.a. Fairness, Mit- und Gegeneinander, Partizipation, Genderaspekte) beurteilen [10 UK e1]	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Schulung der sportartspezifischen Ballbehandlung</li> <li>• Spiele und Spielformen im Basketball mit erweitertem Regelkatalog (vgl. UV 7, Jg. 6)</li> <li>• Erweiterung des Regelkataloges</li> <li>• Übungsformen zum Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>• Korbwurf (Positionswurf, Korbleger)</li> <li>• Parteiball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• von Bewegungsausführungen im/aus dem Stand zur Bewegung</li> <li>• vom Leichten zum Schwierigen</li> <li>• Partnerarbeit</li> <li>• Kleingruppenarbeit</li> <li>• Arbeit mit Bewegungs-bildern/-videos</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Qualitätsmerkmale von Grundtechniken im Basketball</li> <li>• Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen in Spielsituationen (Verhalten Angreifer/Verteidiger)</li> <li>• situationsangemessenes Spiel- und Übungsverhalten</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement beim Üben in der Gruppe und individuell</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• allgemeine Mitarbeit</li> <li>• Einhalten von Regeln</li> <li>• Reflexion von Unterrichtsphasen und eigenem Verhalten</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Streetball</li> <li>• Spiel 3:3</li> <li>• Spiele mit Akzentuierung des Angriffs/der Abwehr (3:2, 2:3 etc.)</li> </ul>		<p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>• Sternschritt</li> <li>• Korbwurf</li> <li>• Angriff/Abwehr</li> <li>• Miteinander spielen</li> <li>• Regeln</li> </ul>	<p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Demonstration von Übungen zum Passen, Fangen, Dribbeln, Korbwurf</li> <li>• Bewertung einfacher Spielsituationen</li> <li>• Bewertung Spiel 3:3</li> </ul>
---	--	--	---

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 8

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Ich mach mich fit!</i> “ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern	1.4	10
UV 2	„ <i>Vom Brennball zum Baseball</i> “ – Softball als typisch amerikanisches Mannschaftsspiel spielen und verstehen	7.6	12
UV 3	„ <i>Wir schwingen durch die Luft</i> “ – Schwungturnen an Reck und Barren unter besonderer Berücksichtigung der zugehörigen Sicherheits- und Helfergriffe	5.4	12
UV 4	„ <i>So sieht das aus!?</i> “ – die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics <u>oder</u> Jumpstyle Choreographie durch Fremdbeobachtung (Beobachtungsbogen) und Selbstbeobachtung (App) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen	6.4	16
UV 5	„ <i>Wie fit bin ich? Wie werde ich besser?</i> “ – Verbessern und testen des Leistungsfaktors „Kraftausdauer“ sowie Kennenlernen der Entspannungstechnik „progressive Muskelentspannung“	1.5	8
UV 6	„ <i>So spielt man anderswo</i> “ – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen	2.7	14
UV 7	„ <i>Schlittschuh fahren</i> “ – eine Exkursion in die Eissporthalle	8.2	6
UV 8	„ <i>Höher, schneller, weiter</i> “ – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen	3.5	12
Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:			120 UE
Stunden für die Unterrichtsvorhaben:			90 UE
Freiraum:			30 UE

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 10</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.4</b>
<b>Thema des UV: „Ich mach mich fit!“ – Ausdauerndes Laufen systematisch verbessern</b>		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfeld: d - Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b>	<b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aerobe Ausdauerleistungsfähigkeit</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Trainingsplanung und Organisation [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• eine aerobe Ausdauerleistung ohne Unterbrechung über einen je nach Sportart angemessenen Zeitraum (z.B. <b>Laufen 30 min</b>, Schwimmen 20 min, Aerobic 30 min, Radfahren 60 min) in zwei ausgewählten Bewegungsfeldern erbringen [10 BWK 1.4]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>• ausgewählte Belastungsgrößen (u.a. Intensität, Umfang, Dichte, Dauer) zur Gestaltung eines Trainings auf grundlegendem Niveau erläutern [10 SK d2]</li> </ul>	
	<b>MK</b>	
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• einen individualisierten Trainingsplan aus vorgegebenen Einzelelementen zur Verbesserung einer ausgewählten motorischen Grundfähigkeit zusammenstellen [10 MK d1]</li> <li>• sportliche Leistungen analog oder digital erfassen und anhand von graphischen Darstellungen und/oder Diagrammen dokumentieren [10 MK d2]</li> </ul>	
	<b>UK</b>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p><b>Inhalte</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurz-, Mittel- und Langzeitausdauer</li> <li>• Aerobe und anaerobe Energiebereitstellung</li> <li>• Trainingsformen der Ausdauer erproben und für das eigene Training nutzen</li> <li>• Gesundheitsbegriff und Gesundheitsverständnis; Leistungsbegriff und Leistungsverständnis</li> <li>• Belastungsparameter, deren grafische Darstellung sowie tabellarische Wertetabellen zum Leistungszuwachs/ zur körperlichen Belastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen)</li> <li>• Individuelle Vorbereitung auf eine Ausdauerleistung</li> <li>• Sein eigenes Training protokollieren – ein Lerntagebuch sowie ein Trainingsprotokoll führen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe Methodenkompetenz:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trainingsprotokoll</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Langzeitausdauerleistungen (Laufen)</li> <li>• Coopertest, 30-Minuten-Lauf</li> </ul>	<p>unterrichtsbegleitend:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Üben und Trainieren zeigen</li> <li>• Ermüdungswiderstandsfähigkeit zeigen</li> <li>• angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen) zeigen</li> <li>• Hilfsbereitschaft und Teamgeist beim gemeinsamen Training zeigen</li> </ul> <p>punktuell: 30-Minuten-Lauf</p>

beschreiben, darstellen und auswerten können <ul style="list-style-type: none"> <li>Pulsmessungen (auch mit dem Computer)</li> </ul>	Lerntagebuch		
---	--------------	--	--

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 12		Nummer des UVs im BF/SB: 7.6	
<b>Thema des UV: „Vom Brennball zum Baseball“</b> – Softball als typisch amerikanisches Mannschaftsspiel spielen und verstehen					
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen - Sportspiele</b>			<b>Inhaltsfeld:</b> e – Kooperation und Konkurrenz		
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Weitere Sportspiele und Sportspielvariationen</li> </ul>			<b>Inhaltlicher Schwerpunkt:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>		
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine Sportspielvariante (z.B. Beachvolleyball, Streetball, Floorball) oder ein alternatives Mannschafts- oder Partnerspiel (z.B. Korbball, Tschoukball, <b>Baseball</b>) unter Berücksichtigung der technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.4]</li> </ul>			<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <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>in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen und Signale Schiedsrichterfunktionen übernehmen [10 MK e3]</li> </ul> <b>UK</b>		
Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände / Fachbegriffe		Leistungsbewertung	
<b>Inhalte</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Prinzipien des Schnellangriffs (Fast Break):</li> <li>Schnelles Umschalten in den Angriff</li> <li>Spielfeldbreite nutzen</li> <li>Lange Pässe nur spielen, wenn kein Verteidiger stören kann</li> <li>Passen, wenn der Verteidiger attackiert</li> <li>Angriffsverhalten in Überzahl</li> <li>Abwehrverhalten in Unterzahl</li> <li>Angriff gegen die Mann-Mann-Verteidigung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Überzahlspiel</li> <li>Angriff in Überzahl (Schnellangriff):</li> <li>4:2, 3:1, 3:2 oder 2:1</li> <li>Angriff gegen Mann-Mann - Verteidigung: 2:2 + 2 oder</li> <li>2:2 + 1</li> </ul> <b>Methodenkompeten zi:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entwickeln und Erproben</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis</b> Miteinander und gegeneinander spielen - Unterschiedliche Formen des Angriffs - Improvisierte Schnellangriffe - Schnelles Umschalten von Verteidigung auf Angriff		<b>Unterrichtsbegleitend</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>individuell: Motivation und Engagement</li> <li>Engagement und Kooperation in der Gruppe</li> <li>Anwendung der Angriffstaktiken im Spiel</li> <li>auf ganzem Feld</li> <li>technisch-koordinative Fertigkeiten mit dem Ball: sicher Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>Raumnutzung: Freilaufen, Anbieten</li> </ul> <b>punktuell</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unterschiedliche Überzahlsituationen</li> </ul>	

<p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fast Break (Schnellangriff)</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mann-Mann-Verteidigung gemeinsam überwinden</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Freilaufen</li> <li>- Vom Gegner lösen</li> <li>- Doppelpass</li> <li>- Laufwege</li> <li>- Manndeckung</li> </ul>	<p>erproben und auswerten</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Eigene Angriffstaktik innerhalb der Mannschaft entwickeln und präsentieren</li> </ul> <p><b><u>Beobachtungskriterien</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielfähigkeit (Freilaufen, Passspiel, Manndeckung, Schnellangriff)</li> <li>• individuelle Umsetzung</li> <li>• der Mannschaftstaktik</li> </ul>
--	--	--	--



<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 5.4</b>
<b>Thema des UV: „Wir schwingen durch die Luft“</b> – Schwungturnen an Reck und Barren unter besonderer Berücksichtigung der zugehörigen Sicherheits- und Helfergriffe.		
<b>BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfeld:</b> a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen c – Wagnis und Verantwortung	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>Wagnis und Verantwortung [c]</li> <li>Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <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>unterschiedliche Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen auswählen und verwenden [10 MK a3]</li> <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>den Einsatz unterschiedlicher Hilfen (Feedback, Hilfestellungen, Geländehilfen, Visualisierungen, akustische Signale) beim Erlernen und Verbessern sportlicher Bewegungen kriteriengeleitet bewerten [10 UK a3]</li> <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>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Einführung in normgebundenes Turnen an Reck und Barren</li> <li>Sammeln von „kopfüber“-Erfahrungen</li> <li>Körperspannung und Haltung bewusst wahrnehmen und verbessern</li> <li>Bewegungsmerkmale erkennen und umsetzen:</li> <li>Ausgewähltes Aufgangs-, Zwischen- und Abgangelement</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Methodische Übungsreihen zur vereinfachten/unterteilten Erlernung komplexer Bewegungsformen</li> <li>An Übungsstationen Könnens-erlebnisse sichern</li> </ul> <p>Erlernte Übungen zu einer Übungsverbindung</p>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungserfahrungen und Lernschritte zu elementaren Techniken am Reck</li> <li>Bewegungserfahrungen und Lernschritte zu elementaren Techniken am Stufenbarren</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische, kognitive und soziale Leistung</li> </ul> <p>Beobachungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorisches Können</li> <li>Individueller Leistungsfortschritt</li> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Mitarbeit in Theoriephasen</li> <li>Einsatz in Gruppenarbeitsphasen</li> <li>Eingehen auf leistungsschwache MitschülerInnen</li> </ul>

<p>(wahlweise an Reck oder Stufenbarren)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Flüssige Zusammenfügung von Turnelementen zu einer Übungsverbindung</li> <li>• Erlernung und korrekte Ausführung entsprechender Sicherheits- und Hilfestellungen zur Vermeidung von Unfällen und Verletzungen</li> <li>• Merkmale einer gesunden Körperhaltung sowie zielgerichtete Übungen zur Verbesserung und Erhaltung dieser</li> </ul>	<p>zusammenfügen und präsentieren</p>	<p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportartspezifische Übungen (Hüftaufschwung, etc.)</li> <li>• Verhaltens am und zum Gerät (Stand, Stütz, Hang, ...; vorlings, rücklings, ...)</li> <li>• Griffarten (Ristgriff, Kammgriff, ...)</li> </ul> <p>Bewegungsrichtung (vorwärts, rückwärts, seitwärts)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestaltung des Vorbereitungsprogramms</li> <li>• Referate</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Leistung beim Ausführen themenbezogener Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsausführung der Wahlpflichtelemente an Reck bzw. Stufenbarren</li> <li>• Präsentation einer Übungsverbindung</li> <li>• Ausführung der Sicherheits- und Helfergriffe</li> </ul> <p>Gesunde Körperhaltung</p>
--	---------------------------------------	--	--

Jahrgangsstufe: 8		Dauer des UVs: 16		Nummer des UVs im BF/SB: 6.4			
<p><b>Thema des UV: „So sieht das aus!?“</b> – Die eigene Bewegungsqualität in der Ball-Ko-Robics <b>oder</b> Jumpstyle Choreographie durch Fremdbeobachtung (analoge Medien) und Selbsteinschätzung (digitale Medien) verbessern und den Nutzen unterschiedlicher Medien beim Bewegungslernen vergleichend beurteilen</p>							
<p><b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>b – Bewegungsgestaltung</b></p>					
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>gymnastische Bewegungsgestaltung (mit und ohne Handgeräte oder Alltagsmaterialien)</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Variation von Bewegung [b]</li> <li>Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>					
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine selbstständig um- oder neugestaltete Bewegungsgestaltung ohne oder mit ausgewählten Handgeräten (<b>Ball</b>, Reifen, Seil, Keule oder Band) oder Alltagsmaterialien allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ausgewählte Ausführungskriterien (Bewegungsqualität, Synchronität, Ausdruck und Körperspannung) benennen [10 SK b1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsgestaltungen allein oder in der Gruppe auch mit Hilfe digitaler Medien nach-, um- und neugestalten [10 MK b2]</li> <li>kreative Bewegungsgestaltungen entwickeln und zu einer Präsentation verbinden [10 MK b3]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> <li>gestalterische Präsentationen auch unter Verwendung digitaler Medien kriteriengeleitet (u.a. Schwierigkeit, Kreativität, Nutzung des Raums, Wirkung auf den Zuschauer) beurteilen [10 UK b2]</li> </ul>					
<p><b>Didaktische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Musik, Körper und Ball in Verbindung bringen</li> <li>Einübung von Tanzschritten zu vorgegebener Musik (und Einsatz des Basketballs)</li> <li>individuelle, kreative Ausgestaltung einer selbstständig erarbeiteten Choreografie (mit dem Ball)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p>		<p><b>Methodische Entscheidungen</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Umsetzung einer selbstständig erarbeiteten Choreografie nach Vorgabe (Ortswechsel und Aufstellung in der Gruppe Erarbeiten und miteinander verbinden)</li> <li>Arbeit in Kleingruppen</li> <li>selbstständiges Erarbeiten von Teilelementen (z.B. Formation) mit Hilfe von Arbeitsblättern</li> <li>ggf. Videoanalyse/ Videofeedback</li> </ul>		<p><b>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</b></p> <p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Konzentration</li> <li>Koordination</li> <li>Verknüpfung von Musik und Bewegung</li> <li>(Schwingen, Prellen und Werfen mit dem Ball zur Musik)</li> <li>Aerobic Grundschriffe (Side step, V-Step, March, Turn around etc.)</li> <li><b>Oder:</b> Jumpstyle Schritte</li> </ul>		<p><b>Leistungsbewertung</b></p> <p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Kreativität</li> <li>Kooperation mit Gruppenmitgliedern</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Präsentation einer tänzerischen Choreografie in einer Gruppe (mit dem Basketball)</li> <li>Verschriftlichung der Präsentation</li> <li>Ausführungsqualität</li> <li>Kreativität</li> </ul>	

<ul style="list-style-type: none"> <li>• BallKoRobics</li> <li>• Jumpstyle</li> <li>• Koordinations- und Konditionstraining</li> </ul>	<p><b><u>Fachbegriffe -</u></b> <b><u>Arbeitsmethoden</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Erarbeiten</li> </ul>	<p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmus</li> <li>• Beat</li> <li>• Formation</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Aerobic (-schritte)</li> <li>• Jumpstyle Schritte</li> </ul>	<p><b><u>Beobachtungskriterien:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbindung einzelner Arm-, Bein- (und Ballelemente) in Einzel- und Gruppenpräsentation</li> <li>• Synchronität</li> </ul>
--	--	---	--

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 8</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 1.5</b>
<p><b>Thema des UV: „Wie fit bin ich? Wie werde ich besser? Und was bedeutet cool down?“</b> – Verbessern und testen des Leistungsfaktors „Kraftausdauer“ sowie Kennenlernen der Entspannungstechnik „progressive Muskelentspannung“</p>		
<p><b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>	<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d – Leistung</b>  <b>f – Gesundheit</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>	<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3]</li> </ul>	<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> <li>Prinzipien einer sachgerechten allgemeinen und sportartspezifischen Vorbereitung auf sportliches Bewegen im Hinblick auf die damit verbundenen unterschiedlichen psychophysischen Belastungen erläutern [10 SK f2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen unter Berücksichtigung individueller Voraussetzungen kriteriengeleitet beurteilen [10 UK d1]</li> </ul>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<p>Mögliche Inhalte zur Auswahl</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sportmotorischen Test durchführen</li> <li>Koordinative Fähigkeiten</li> <li>Entspannungstechniken (z. B. progressive Muskelentspannung“)</li> </ul>	<p>Kennenlernen und Ausführen von „progressiver Muskelentspannung“ im Rahmen vom „cool down“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Verknüpfung von Theorie und Durchführung von Tests</li> <li>Übungen zur Verbesserung der Fitness</li> <li>Vergleich der Testergebnisse</li> <li>Üben und Anwendung verschiedener Entspannungstechniken z. B.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Phantasiereise</li> <li>Progressive Muskelentspannung</li> <li>Entspannungsmassage (z. B. mit dem Tennisball)</li> </ul> </li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsfähigkeit (Leistungsfaktoren)</li> </ul>	<p><b>Gegenstände</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kennenlernen, Ausführen und Beschreiben können der komplexen Entspannungstechnik „progressive Muskelentspannung“</li> <li>Beurteilung gesundheitlich vertretbarer und gesundheitlich fragwürdiger Körperideale bzw. Handlungsweisen</li> </ul> <p>Reflektierte Praxis</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sportmotorischer Test z.B.: „Motorischer Test für NRW“</li> <li>Entspannungstechniken</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Koordinative Fähigkeiten</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tagebuch zur Entspannungstechnik</li> </ul> <p><b>punktuell:</b>                      Beobachungskriterium:                      • Messung sportmotorischer Tests</p>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>Progressive Muskelentspannung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Kooperation</li> </ul>	
--	---	---	--

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 14</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 2.7</b>
--------------------------	--------------------------	-------------------------------------

**Thema des UV: „So spielt man anderswo“** – Spiele aus anderen Kulturen spielen und hinsichtlich ausgewählter Aspekte (u.a. Leistungsbegriff, Partizipation, mit- und gegeneinander) analysieren und beurteilen

<b>BF 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>
--	---

<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spiele aus anderen Kulturen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Interaktion im Sport [e]</li> </ul>
---	--

<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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, Geschicklichkeit) kriterienorientiert entwickeln und spielen [10 BWK 2.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in sportlichen Handlungssituationen unter Verwendung der vereinbarten Zeichen u. 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> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Geschlechteraspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>
---	---

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Kennenlernen neuer Spielregeln und Spielideen aus anderen Kulturen z.B. Baseball, Ultimate Frisbee o.ä.</li> <li>Hinterfragung von neuen Spielformen</li> <li>Erarbeitung, Übung und Anwendung neuer spielspezifischer Techniken</li> <li>Evtl. Vergleich unterschiedlicher Sportarten z.B. Flagfootball und Rugby, Brennball und Baseball</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erprobung und Experimentieren (Kennenlernen neuer Spielformen und -ideen) z.B. Baseball</li> <li>Spiel- und Übungsreihen zum Erlernen der neuen Techniken</li> <li>Stationsbetrieb</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Normierte Spiele aus anderen Kulturen</li> <li>Vergleich unterschiedlicher Spielformen und Spielideen 2) (z.B. Baseball, Frisbee, Indiaka, Rugby, Flagfootball etc)</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fachvokabular der spezifischen Sportart (z.B. Baseball: Homerun, Base, Fly Out, Tagout, etc.)</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Engagement beim Üben in der Gruppe und individuell</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>allgemeine Mitarbeit</li> <li>Einhalten von Regeln</li> <li>Reflexion von Unterrichtsphasen und eigenem Verhalten</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstration von neuen Techniken der Spielidee</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 6</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 8.2</b>	
<b>Thema des UV: „Schlittschuhlaufen“ – eine Exkursion in die Eissporthalle Unna oder Hamm</b>			
<b>BF/SB 8 Gleiten, Fahren, Rollen - Rollsport/ Bootssport/ Wassersport</b>		<b>Inhaltsfeld: c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gleiten und Fahren auf <b>Eis und Schnee</b></li> </ul>		<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> <li>• Handlungssteuerung [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich in komplexen Anforderungssituationen unter Wahrnehmung von Material, Geschwindigkeit und Umwelt mit einem fahrenden oder rollenden oder gleitenden Sportgerät dynamisch und situationsangemessen fortbewegen [10 BWK 8.1]</li> <li>• gerätspezifische, technisch koordinative Fertigkeiten unter Berücksichtigung unterschiedlicher Zielsetzungen (ästhetisch, gestalterisch, spielerisch oder wettkampfbezogen) sicher und kontrolliert demonstrieren [10 BWK 8.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben 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>• Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> </ul> <b>UK</b>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/ Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
-----------------------------------	-----------------------------------	----------------------------------	---------------------------

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Da die Rahmenbedingungen kein längerfristiges UV ermöglichen, wird dieses UV im Rahmen eines Exkursionstages in der Eissporthalle Hamm verwirklicht.</li> <li>• Handschuh und Helmpflicht!</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Abhängigkeit von der Frequentierung der Eisfläche am Tag des Ausfluges müssen Unterrichtsangebote angepasst werden.</li> <li>• Partnerkorrektur und Feedback</li> <li>• Technikpräsentation (Bremsen, Rückwärtsfahren) durch die Lehrkraft oder Schülerexperten.</li> <li>• Gruppenlaufspiele</li> <li>• Ggf. Laufstaffeln</li> </ul>	<p>Sicheres Bewegen auf dem Eis.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verhalten in der Eishalle</li> <li>• Richtiges fallen</li> <li>• Gleiten</li> <li>• Körperschwerpunkt</li> <li>• Außenkante, Innenkante</li> </ul>	<p>Entfällt.</p>
--	---	--	------------------



<b>Jahrgangsstufe: 8</b>	<b>Dauer des UVs: 12</b>	<b>Nummer des UVs im BF/SB: 3.5</b>
<b>Thema des UV: „Höher, schneller, weiter“</b> – einen leichtathletischen Mehrkampf individuell vorbereiten und gemeinsam durchführen		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung, e – Kooperation und Konkurrenz f – Gesundheit	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> <li>Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> <li>Unfall- und Verletzungsprophylaxe [f]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>bereits erlernte leichtathletische Disziplinen auf erweitertem technisch-koordinativen Fertigkeitsebene ausführen [10 BWK 3.1]</li> <li>einen leichtathletischen Wettkampf einzeln oder in der Gruppe unter Berücksichtigung angemessenen Wettkampfverhaltens durchführen [10 BWK 3.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kennzeichen für ein grundlegendes Wettkampfverhalten (u.a. wettkampfspezifische Regeln kennen, taktisch angemessen agieren) erläutern [10 SK e1]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die Rahmenbedingungen und Gegebenheiten von Spiel-, Übungs- und Wettkampfsituationen analysieren und diese sicherheitsbewusst gestalten [10 MK f1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Gendersaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/Fachbegriffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erprobung, Verbesserung leichtathletischer Disziplinen</li> <li>Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern</li> <li>Sicherheitsbestimmungen und grundlegende Wettkampfregeln in den genannten Disziplinen</li> <li>Messverfahren sachgerecht anwenden</li> <li>Erstellung eines Mehrkampfes mit Blick auf den klassischen Dreikampf aus Sprint, Weitsprung und Wurf</li> <li>Umgang mit Enttäuschung, Freude und Frustration erlernen</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen, Stationsbetrieb)</li> <li>Erarbeiten der Bewegungsmerkmale mithilfe von Bildreihen und Videos</li> <li>Individuelle Vorbereitung auf eine Trainingsleistung (z.B. Aufwärmen)</li> <li>Wettkampf-stätten sachgerecht herrichten</li> <li>Lernaufgabe zum Erlernen der Technik sowie zur Recherche über die Technik</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leistungsermessung</li> </ul>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sprünge auf Weite</li> <li>Sprints auf Zeit</li> <li>Würfe auf Weite</li> <li>Sprünge auf Höhe</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wettkampfregeln</li> <li>(abhängig von ausgewählter Disziplin)</li> <li>Bewegungsfluss (grundlegend), Bewegungsdynamik, Bewegungsrhythmus</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen</li> <li>angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen, Stationsarbeit etc.) zeigen</li> <li>Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Techniküberprüfung Merkmale: Grobkoordination,</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Relative und absolute Leistungsmessung und -bewertung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eintragen der individuellen Leistung in den Bewertungsbogen</li> <li>Grundlegende Wettkampfregele zu den genannten Disziplinen</li> <li>Startkommando</li> </ul>		<p>Bewegungsfluss (grundlegend), Bewegungsdynamik, Bewegungsrhythmus</p>
---	---	--	--

## Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 9

Nummerierung	Name des UVs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Das kann ich (noch) nicht, aber das Tablet wird mir helfen!</i> “ – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen	3.6	10
UV 2	„ <i>Das Fitnessstudio in der Turnhalle</i> “ – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen	1.6	12
UV 3	„ <i>Vom Streetball zum Zielspiel</i> “ – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen	7.7	10
UV 4	„ <i>Aus dem Gleichgewicht</i> “ – unterschiedliche Partner*innen und Gegner*innen durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen	9.3	10
UV 5	„ <i>Gekonnt koordinieren</i> “ – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Bewegungen	1.7	6
UV 6	„ <i>Immer schön fair bleiben</i> “ – Spielregeln und Spieltaktik haben Einfluss auf ein Spiel. Ändert sie, aber bleibt immer fair dabei.	2.8	6

<p><b>UV 7</b></p>	<p><b>“Typisch Junge? Typisch Mädchen?”</b> – Tänzerische und gymnastische Elemente für Fitnessgymnastik nutzen.</p>	<p><b>6.2</b></p>	<p><b>6</b></p>
<p><b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b></p> <p><b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b></p> <p><b>Freiraum:</b></p>		<p><b>80 UE</b></p> <p><b>60 UE</b></p> <p><b>20 UE</b></p>	

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>	<b>Dauer des UVs: 10</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 3.6</b>
<b>Thema des UV: „Das kann ich (noch) nicht, aber das Tablet wird mir helfen!“</b> – Eine neue, komplexe leichtathletische Technik als Herausforderung annehmen und mit Unterstützung digitaler Medien erlernen		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder: a – Bewegungsstruktur und Bewegungskernen</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Leichtathletische Disziplinen (Sprint, Sprung, Wurf/Stoß)</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Wahrnehmung und Körpererfahrung [a]</li> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen [a]</li> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>eine neu erlernte leichtathletische Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hochsprung) in der Grobform ausführen [10 BWK 3.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die für das Lernen und Üben ausgewählter Bewegungsabläufe bedeutsamen Körperempfindungen und Körperwahrnehmungen beschreiben [10 SK a1]</li> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>analoge und digitale Medien zur Bewegungsanalyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse zielorientiert einsetzen [10 MK a2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsabläufe kriteriengeleitet beurteilen [10 UK a1]</li> <li>den Nutzen analoger und digitaler Medien zur Analyse und Unterstützung motorischer Lern- und Übungsprozesse vergleichend beurteilen [10 UK a2]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erprobung einer neuen leichtathletischen Disziplin (z.B. Kugelstoßen, Hürdenlauf, Hochsprung)</li> <li>Grundlegende Merkmale der genannten Disziplinen in ihrer Funktion erläutern</li> <li>Erschließen ungewohnter Sprung- und Flugerlebnisse (bzw. Stoßen als neue Form kennenlernen)</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Geradliniger und bogenförmiger Anlauf, Lattenüberquerung bäuchlings oder rücklings, Schwungbein und Absprungbein</li> <li>Anlauf/ Angleiten, Stoßauslage, Verwringung, Stemmbein/ Stemmschritt</li> <li>Methodische Übungsreihe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen, Stationsbetrieb)</li> <li>Erarbeiten der Bewegungsmerkmale mithilfe von Bildreihen und Videos- als auch Nutzung des Tablets</li> <li>Videoanalysen</li> <li>Arbeitsblatt: Technik des Flops/ Technik des Kugelstoßens (Phasenbilder, Fehlersehen)</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b>	<b>Reflektierte Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kugelstoßen</li> <li>Hochsprung</li> </ul> <b>Fachbegriffe:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>(abhängig von ausgewählter Disziplin)</li> <li>Bewegungsfluss (grundlegend), Bewegungsdynamik, Bewegungsrhythmus</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen</li> <li>angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen, Stationsarbeit etc.) zeigen</li> <li>Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung der Informationsaufnahme durch Phasenbild in sportlichen Bewegungen</li> <li>• Videoanalyse auf dem Tablet/ iPads</li> <li>• Fehlersehen und Korrekturhinweise mit Hilfe des Arbeitsblattes</li> </ul>		<p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technische und absolute Bewertung des Fosbury Flops/ des Kugelstoßens</li> </ul> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bogenförmiger Anlauf, Körperinnenneigung, diagonaler Schwungbeineinsatz, Überstreckung des Hüftgelenks bei der Lattenüberquerung, Landung in der L-Position</li> <li>• Angleiten, Stemmschritt, Stoßauslage, Verwirrung Schulter/ Körperachse, Stoßphase, Abfangen)</li> </ul>
--	---	--	--

Jahrgangsstufe: 9		Dauer des Uvs: 12		Nummer des Uvs im BF/SB: 1.6									
<p><b>Thema des UV: „Das Fitnessstudio in der Turnhalle“</b> – Planung, Durchführung und Reflexion eines selbst erstellten Fitnesszirkels mit gesund-funktionalen Übungen</p>													
<p><b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b></p>			<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>d – Leistung,</b>  <b>f – Gesundheit</b></p>										
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Motorische Grundfähigkeiten und -fertigkeiten: Elemente der Fitness</li> </ul>			<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>• Gesundheitlicher Nutzen und Risiken des Sporttreibens [f]</li> <li>• Gesundheitsverständnis und Körperbilder [f]</li> </ul>										
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b>  <b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ein gesund-funktionales Muskeltraining (z.B. als Zirkeltraining) unter Berücksichtigung der individuellen Belastungswahrnehmung sachgemäß durchführen [10 BWK 1.3]</li> </ul>			<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b>  <b>SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• grundlegende Methoden und Prinzipien zur Verbesserung motorischer Grundfähigkeiten (Ausdauer und Kraft) beschreiben [10 SK d1]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muster des eigenen Bewegungsverhaltens (im Alltag und in sportlichen Handlungssituationen) auch unter Nutzung digitaler Medien erfassen und im Hinblick auf den gesundheitlichen Nutzen und mögliche Risiken analysieren [10 MK f2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körper-ideale auch unter Genderaspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul>										
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Didaktische Entscheidungen</th> <th>Methodische Entscheidungen</th> <th>Gegenstände/ Fachbegriffe</th> <th>Leistungsbewertung</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td> <p><u>Mögliche Inhalte zur Auswahl</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen zur Verbesserung der Kraftausdauer in einem Zirkeltraining</li> <li>• Wahrnehmen und Steuern der eigenen Körperreaktionen</li> <li>• Leiten eines Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien</li> <li>• Sportmotorische Tests durchführen</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Entspannungstechniken</li> <li>•</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verknüpfung von Theorie und Praxis von Tests</li> <li>• Übungen zur Verbesserung der Fitness</li> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Kleingruppenarbeit</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Kraftausdauer</li> </ul> </td> <td> <p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz von Matten-Geräteparcours</li> <li>• Kombinierte Kraft- und Ausdauerformen (z.B. Intervalltraining) entwickeln, durchführen und beurteilen</li> <li>• Sportmotorische Tests</li> <li>• Entspannungstechniken</li> </ul> </td> <td> <p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tagebuch zur Entspannungstechnik</li> <li>• Einsatz, Bewegungsausführung, Übernahme des Aufwärmprogramms</li> <li>• Durchführung eines Zirkeltrainings</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Messung sportmotorischer Tests (testverfahren zur Kraftausdauer)</li> </ul> </td> </tr> </tbody> </table>						Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung	<p><u>Mögliche Inhalte zur Auswahl</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen zur Verbesserung der Kraftausdauer in einem Zirkeltraining</li> <li>• Wahrnehmen und Steuern der eigenen Körperreaktionen</li> <li>• Leiten eines Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien</li> <li>• Sportmotorische Tests durchführen</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Entspannungstechniken</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verknüpfung von Theorie und Praxis von Tests</li> <li>• Übungen zur Verbesserung der Fitness</li> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Kleingruppenarbeit</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Kraftausdauer</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz von Matten-Geräteparcours</li> <li>• Kombinierte Kraft- und Ausdauerformen (z.B. Intervalltraining) entwickeln, durchführen und beurteilen</li> <li>• Sportmotorische Tests</li> <li>• Entspannungstechniken</li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tagebuch zur Entspannungstechnik</li> <li>• Einsatz, Bewegungsausführung, Übernahme des Aufwärmprogramms</li> <li>• Durchführung eines Zirkeltrainings</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Messung sportmotorischer Tests (testverfahren zur Kraftausdauer)</li> </ul>
Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung										
<p><u>Mögliche Inhalte zur Auswahl</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Übungen zur Verbesserung der Kraftausdauer in einem Zirkeltraining</li> <li>• Wahrnehmen und Steuern der eigenen Körperreaktionen</li> <li>• Leiten eines Aufwärmprozesses nach vorgegebenen Kriterien</li> <li>• Sportmotorische Tests durchführen</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Entspannungstechniken</li> <li>•</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verknüpfung von Theorie und Praxis von Tests</li> <li>• Übungen zur Verbesserung der Fitness</li> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Kleingruppenarbeit</li> </ul> <p><u>Fachbegriffe</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zirkeltraining</li> <li>• Koordinative Fähigkeiten</li> <li>• Kraftausdauer</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einsatz von Matten-Geräteparcours</li> <li>• Kombinierte Kraft- und Ausdauerformen (z.B. Intervalltraining) entwickeln, durchführen und beurteilen</li> <li>• Sportmotorische Tests</li> <li>• Entspannungstechniken</li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tagebuch zur Entspannungstechnik</li> <li>• Einsatz, Bewegungsausführung, Übernahme des Aufwärmprogramms</li> <li>• Durchführung eines Zirkeltrainings</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> </ul> <p><u>punktuell:</u></p> <p>Beobachtungskriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Messung sportmotorischer Tests (testverfahren zur Kraftausdauer)</li> </ul>										

Bei den folgenden Übungen kann der Schüler/die Schülerin eine Übungsauswahl treffen und die Belastungsintensität individuell gestalten 10-15 langsame Wiederholungen. Mehrere Übungen können in einem Circuittraining angeboten werden (nach Dr. Dr. J. Gießing)

Übung	Schwierigkeitsgrad I	Schwierigkeitsgrad II	Schwierigkeitsgrad III	Schwierigkeitsgrad VI
Klimmzüge mit Obergriff bzw. Untergriff(stärkere Beanspruchung der Armbeuger bei Untergriff)	Klimmzüge mit Unterstützung durch die Beinstrecker (nach hinten angewinkelte Füßen auf einem Kasten)	Klimmzüge an Brust- hoher Stange, Fersen auf dem Boden	Klimmzüge an Brust- hoher Stange, Fersen auf einem Kasten	Klassische Variante
Liegestütz	Liegestütz auf den Knien	Liegestütz auf dem Kasten	Liegestütz klassisch	Liegestütz mit den Füßen auf dem Kasten
Kniebeugen	Klassische Ausführung	Sitzen“ mit dem Rücken an der Wand(Statische Variante)	Einbeiniges Aufsteigen auf eine Sprosse der Sprossenwand/ Schwierigkeitsgrad durch Wahl der entsprechenden Sprossenhöhe weiter variabel	Einbeinige Kniebeuge, Körperstabilisierung durch Festhalten an der Sprossenwand.
KSÜ Körper-Stabilisierende Übungen	z.B. „alternierende Waage“: kniende Ausführung, d.h. das Körpergewicht ruht auf den Knien und Händen, dabei wird die rechte Hand und der linke Fuß ausgesteckt, so dass Rumpf, Hand und Fuß etwa eine Linie bilden, dann Wechsel zu anderem Fuß und anderer Hand	z.B. auf einer Matte liegend: Abstützen auf den Fußspitzen und den Unterarmen, Hochdrücken und Stabilisieren des Körpers	Seitliches Abstützen auf einem Unterarm und auf dem Außenrist des Fußes: Hochdrücken des Körpers	Seitliches Abstützen auf einem Unterarm und auf dem Außenrist des Fußes, der auf einem Kasten aufgesetzt wird
<b>Übung</b>	<b>Variation des Schwierigkeitsgrades von leicht nach schwer</b>			<b>Material</b>
Ziehen über die Bank	Abschüssige Bank (hinten erhöht durch Unterhaken eines Kastens), gerade Bank ohne Kästen, erhöhte Bank (vorn erhöht durch Kaste),			1-2 Langbänke, 2 Kästen, Sprossenwand



	stark erhöhte Bank (vorderes Ende eingehängt an einer hohen Sprosse der Sprossenwand)	
Beinheben an der Sprossenwand	Schüler halten sich mit dem Rücken zur Sprossenwand an einer überkopfhohen Sprosse der Sprossenwand (Alternativ: Reck) fest und heben die Beine in den folgenden Varianten an: - angewinkelt - leicht gestreckt - fast vollständig gestreckt - mit einem leichten, mittelschweren oder schweren Ball zwischen den Füßen	Sprossenwand bzw. Reck, Handball, Basketball, Medizinball
Stützhangeln durch die Barrengasse	Variation des Schwierigkeitsgrades durch unterschiedliche Längen der Distanz, über die gehangelt werden soll, Schüler hangeln entweder - über ein Viertel - über die Hälfte - über drei Viertel - die gesamte Länge der Barrengasse - die gesamte Barrengasse hindurch und wieder zurück	Barren
„Sitzen“ an der Wand	Die Schüler stemmen sich mit dem Rücken gegen die Hallenwand und versuchen, so lange wie möglich in dieser „Sitzposition“ zu verharren, der Schwierigkeitsgrad lässt sich durch die Dauer der statischen Kontraktion sowie durch die „Sitzhöhe“ variieren, d.h. je größer die Beugung im Kniegelenk ist, desto schwieriger wird die Übung. Achtung: Die tiefste Position sollte dabei sein, wenn die Oberschenkel parallel zum Boden sind, eine noch tiefere Ausführung übt zu großen Druck auf das Kniegelenk aus (das sog. Spitzknie)	Wand
Beinheben nach Hinten, auf einen hohen Kasten liegend	Die Schüler liegen bäuchlings mit dem Oberkörper auf einem hohen Kasten, die Beine werden nach hinten abgestreckt, bis sie mit dem Oberkörper eine horizontale Linie bilden. Variationen des Schwierigkeitsgrades durch Veränderungen der Kastenhöhe Achtung: Beine nicht über die Horizontale heben (Vermeidung von Hyperextension)	Hoher Kasten
Wadenheben an einer unteren Stufe der Sprossenwand	Schüler stellen sich auf eine der unteren Sprossen der Sprossenwand und stabilisieren diese Position, indem sie sich an einer hohen Sprosse festhalten. Der Körper wird dann abgesenkt, bis die Waden ganz gedehnt sind. Aus dieser Position wird sich dann durch Anspannen der Waden in die höchstmögliche Position gedrückt. Variation des Schwierigkeitsgrades durch Veränderung des Bewegungsradius, über den die Bewegung ausgeführt wird	Sprossenwand

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>	<b>Dauer des Uvs: 10</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 7.7</b>
<b>Thema des UV: „Vom Streetball zum Zielspiel“</b> – Gruppen- und mannschaftstaktisches Verhalten unter Berücksichtigung von Fairness und Fairplay vom 3:3 auf das 5:5 übertragen und so dem Zielspiel ein Stück näher kommen		
<b>BF/SB 7 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>		<b>Inhaltsfeld: e – Kooperation und Konkurrenz</b>
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mannschaftsspiele (<b>Basketball</b>, Fußball, Handball, Hockey oder Volleyball)</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> </ul>
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>in dem ausgewählten Mannschafts- oder Partnerspiel auf fortgeschrittenem Spielniveau technisch-koordinative Fertigkeiten und taktisch-kognitive Fähigkeiten in spielerisch-situationsorientierten Handlungen anwenden [10 BWK 7.2]</li> </ul>		<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <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 sportliches 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	Gegenstände / Fachbe-griffe	Leistungsbewertung
<b>Inhalte</b>  Prinzipien des Schnellangriffs (Fast Break): <ul style="list-style-type: none"> <li>Schnelles Umschalten in den Angriff</li> <li>Spielfeldbreite nutzen</li> <li>Lange Pässe nur spielen, wenn kein Verteidiger stören kann</li> <li>Passen, wenn der Verteidiger attackiert</li> <li>Angriffsverhalten in Überzahl</li> <li>Abwehrverhalten in Unterzahl</li> <li>Individualtaktik: in 2:2 in Situationen zum Korbabschluss gelangen</li> <li>Laufwege gemeinsam einüben;</li> <li>wesentliche Regelunterschiede zwischen Streetball und Basketball gegenüberstellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Vom 3:3 zum 5:5</li> <li>Übungen zum Give and Go</li> <li>Laufwege zum Schneiden</li> <li>Vom Streetball auf zwei Körbe</li> <li>Überzahlspiel</li> <li>Angriff in Überzahl (Schnellangriff):4:2, 3:1, 3:2 oder 2:1</li> <li>Angriff gegen Mann-Mann – Verteidigung: 2:2 + 2 oder 2:2 + 1</li> </ul> <b>Methodenkompeten z:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Entwickeln und Erproben</li> </ul>	<b>Reflektiert Praxis:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kooperationsfähigkeit</li> <li>Fairness</li> <li>Teamorientierung</li> <li>Miteinander und gegeneinander spielen</li> <li>Improvisierte Schnellangriffe</li> <li>Unterschiedliche Formen des Angriffs</li> </ul> <b>Fachbegriffe</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Freilaufen</li> <li>Vom Gegner lösen</li> <li>Doppelpass</li> <li>Laufweg</li> <li>Manndeckung</li> <li>Rebound</li> <li>Weg des Balls, Laufweg des Spielers</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>individuell: Motivation und Engagement</li> <li>Engagement und Ko-operation in der Gruppe</li> <li>Anwendung der Angriffstaktiken im Spiel auf ganzem Feld</li> <li>technisch-koordinative Fertigkeiten mit dem Ball: sicher Passen, Fangen, Dribbeln</li> <li>Raumnutzung: Freilaufen, Anbieten</li> </ul> <b>punktuell</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Unterschiedliche Überzahlsituationen erproben und auswerten</li> <li>Eigene Angriffstaktik innerhalb der Mannschaft entwickeln und präsentieren</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>Angriff gegen die Mann-Mann-Verteidigung</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Fast Break (Schnellangriff)</li> </ul>	<p><b>Fachbegriffe</b></p>		<p><b>Beobachtungskriterien</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Spielfähigkeit (Freilaufen, Passspiel, Manndeckung, Schnellangriff)</li> <li>individuelle Umsetzung der Mannschaftstaktik</li> </ul>
---	----------------------------	--	---

Jahrgangsstufe: 9	Dauer des Uvs: 10	Nummer des Uvs im BF/SB: 9.3	
<p><b>Thema des UV: „Aus dem Gleichgewicht“</b> – unterschiedliche Partnerinnen und Partnern und Gegnerinnen und Gegnern durch Techniken und Prinzipien vertrauensvoll und kontrolliert werfen und fallen lassen</p>			
<p><b>BF/SB 9 Ringen und Kämpfen – Zweikampfsport</b></p>		<p><b>Inhaltsfelder:</b>  <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b>  <b>d – Leistung</b></p>	
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kämpfen mit- und gegeneinander</li> </ul>		<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Struktur und Funktion von Bewegungen [a]</li> <li>Leistungsverständnis im Sport [d]</li> </ul>	
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>grundlegende, normgebundene, technisch-koordinative Fertigkeiten (z. B. Halte-griffe und Befreiungen, Falltechniken und kontrolliertes Werfen) 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 situationsangepasst, regelgerecht und fair miteinander kämpfen [10 BWK 9.2]</li> </ul>		<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>für ausgewählte Bewegungstechniken die relevanten Bewegungsmerkmale benennen und einfache grundlegende Zusammenhänge von Aktionen und Effekten erläutern [10 SK a2]</li> </ul> <p><b>MK</b></p> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Reaktivierung und Erweiterung des Regelkataloges als Voraussetzung für einen fairen Kampf</li> <li>Reaktivierung/Erweiterung der Sicherheitsbestimmungen</li> <li>Durchführung verschiedener Kämpfe nach Vorgabe um</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partner- und Gruppenkämpfe gegeneinander</li> <li>Gruppenarbeit (z.B. zur Erweiterung bereits erarbeiteter Regeln/Sicherheitsbestimmungen)</li> <li>selbstständige Erprobung und Bewertung in der Kampfsituation</li> </ul>	<p><u>Reflektierte Praxis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Verbesserung der Körperbeherrschung in Kampfsituationen</li> <li>Körperspannung und -entspannung</li> <li>Kooperation</li> <li>Ziehen und Schieben in kleinen Wettbewerben</li> <li>Festhalten und Festlegen</li> </ul>	<p><u>unterrichtsbegleitend:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Mitarbeit in Arbeitsphasen</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>Einhalten von Regeln</li> <li>Umsetzung von vorgegebenen Haltegriffen</li> <li>Bewertung/Reflexion von Kampfsituationen</li> <li>Soziales Engagement</li> </ul>

<p>Gegenstände aber auch gegeneinander</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Festigung von Ritualen (Begrüßung/Verabschiedung)</li> <li>• Bewertung von Kampfsituationen</li> <li>• Selbsteinschätzung im Kampf</li> <li>• Grundlegende technisch-koordinative Fertigkeiten: z.B. Fallen, ausgewählte Grifftechniken, Schieben, Ziehen, Halten</li> <li>• Grundlegende taktisch-kognitive Fähigkeiten: z.B. Fintieren, Ausweichen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschriftlichung der neuen Regeln/Sicherheitsbestimmungen</li> <li>• Mannschaftsschiedsrichter sein</li> <li>• Erproben unterschiedlicher Formen des Kräftemessens in spielerischer Form</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aus dem Gleichgewicht bringen im Kniestand</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stoppregel</li> <li>• Halteregel</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Kniestand</li> <li>• Dreistützpunkte-Haltegriff (Unterarm, Bein): japanisch: kuzure-kesa-gatame</li> <li>• Vierstützpunkte-Haltegriff (Unterarm, beide Knie): japanisch: Munegatame</li> <li>• Bein stellen (O-soto-otoshi)</li> <li>• Hüftwurf (O-Goshi)</li> </ul>	<p><b><u>punktuell:</u></b></p> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anwendung der Haltegriffe</li> <li>• Ausführung der Haltegriffe</li> <li>• Befreiung aus dem Haltegriff</li> <li>• Fallschulung demonstrieren</li> <li>• Kontrollierter Kampf</li> <li>• Anwendung von Angriffstechniken</li> </ul>
---	---	--	---

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>	<b>Dauer des Uvs: 6</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 1.7</b>
<b>Thema des UV: „Gekonnt koordinieren“</b> – Planung und Durchführung eines vielfältigen Koordinationstrainings unter besonderer Berücksichtigung der unterschiedlichen Anforderungen (u.a. Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck) von sportlichen Bewegungen		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegungslernen</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b> <b>d – Leistung</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</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>Grundlegende Aspekte des motorischen Lernens [a]</li> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein Koordinationstraining unter Berücksichtigung unterschiedlicher Anforderungssituationen sachgemäß durchführen [10 BWK 1.2]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen 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>grundlegende methodische Prinzipien auf das Lernen und Üben sportlicher Bewegungen anwenden [10 MK a1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und anderen nach ausgewählten Kriterien beurteilen (UK 10.1)</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Übungen zu den verschiedenen koordinativen Fähigkeiten entwickeln</li> <li>Übungen zum Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck etc. entwickeln</li> <li>Koordinationstraining entwickeln</li> <li>Eigenständige Lösung einer Bewegungsaufgabe mit koordinativen Elementen erstellen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Verknüpfung von Theorie und Praxis</li> <li>Verbesserung der eigenen koordinativen Fitness</li> <li>Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck</li> <li>Einzel-, Partner- und Kleingruppenarbeit</li> </ul>	Reflektierte Praxis: <ul style="list-style-type: none"> <li>Konzentration</li> <li>Koordinative Fähigkeiten</li> <li>Unterschiedliche Laufformen</li> <li>Formen der Balljonglage</li> </ul> Fachbegriffe: <ul style="list-style-type: none"> <li>Termini der Koordinativen Fähigkeiten und Techniken: Reaktion, Gleichgewicht, Rhythmus, Orientierung, Differenzierung, Kopplung, Umstellung,</li> <li>Bewegungsaufgaben</li> <li>Zeit-, Belastungs- und Präzisionsdruck</li> </ul>	<b>unterrichtsbegleitend:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Bewegungsausführung</li> <li>Einsatz/Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Kreativität</li> <li>Durchführung des Koordinationstrainings</li> <li>Erstellung von Bewegungsaufgaben mit koordinativen Anforderungen</li> </ul> <b>punktuell:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Durchführen verschiedener Koordinationsübungen und Beschreiben der Bewegungsmerkmale und -probleme (BWK/ MK)</li> <li>Präsentation einer selbst entwickelten Übungsabfolge (individuell und/oder mit Partner)</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>		<b>Dauer des Uvs: 6</b>		<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 2.3</b>	
<p><b>Thema des UV 2: „Immer schön fair bleiben!“</b> Spielregeln und Spieltaktik haben Einfluss auf ein Spiel, ändert sie, aber bleibt immer fair.</p>					
<p><b>BF/SB 2 Das Spielen entdecken, Spielräume nutzen</b></p>			<p><b>Inhaltsfeld:</b> e – Kooperation und Konkurrenz</p>		
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kooperative Spiele</li> </ul>			<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mit- und Gegeneinander (in kooperativen und konkurrenzorientierten Sportformen) €</li> <li>• Soziale und organisatorische Aspekte von Gruppen- und Mannschaftsbildungsprozessen €</li> <li>• Organisation von Spiel- und Sportgelegenheiten (u.a. Einzel- und Mannschaftswettbewerbe) €</li> </ul>		
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spielübergreifende technisch-koordinative Fertigkeiten sowie taktisch-kognitive Fähigkeiten in komplexen Bewegungsspielen situationsgerecht anwenden. (BWK 10.1)</li> <li>• In unterschiedlichen Spielen im fairen Mit- und Gegeneinander technisch wie taktisch situationsgerecht handeln (BWK 10.2)</li> </ul>			<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b></p> <p><b>MK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Komplexe Spiele unter unterschiedlichen Rahmenbedingungen (u.a. Spielidee, Spielregeln, Personenzahl, Spielmaterial oder Raum) – auch außerhalb der Sporthalle – initiieren, eigenverantwortliche durchführen und verändern. (MK 10.1)</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Den Umgang mit Fairness und Kooperationsgemeinschaft in Spielen (UK 10.1)</li> </ul>		
				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschriftlichung der Präsentation</li> </ul> <p><u>Beobachtungskriterien:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sicherheit</li> <li>• Präzision</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Komplexität</li> <li>• Qualität</li> </ul>	

<u>Didaktische Entscheidungen</u>	<u>Methodische Entscheidungen</u>	<u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u>	<u>Leistungsbewertung</u>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Entwicklung, Verwirklichung und Bewertung eigener Spielideen</li> <li>• Kriterien für ein „gutes Spiel“ entwickeln</li> <li>• Übertragung der Regeln auf die selbst erfundenen Spiele</li> <li>• Einigung auf bestimmte Spielideen</li> <li>• Parameter verändern: Spielidee, Spielmaterial, Spielraum, Spielzeit, Personenanzahl,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• In Gruppenarbeit Lösungsvorschläge erstellen, vergleichen und bewerten</li> <li>• Vergleich und Reflexion von Spielideen</li> <li>• ggf. Verschriftlichung von Spielideen</li> <li>•</li> </ul>	<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einschätzung und Beschreibung von Anforderungen in Spielsituationen</li> <li>• Situationsangemessenes Spielverhalten</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Taktik</li> <li>• Fairness</li> <li>• Regelbewusstsein</li> <li>• Umgang mit Regeln</li> <li>• Eindeutigkeit</li> <li>• Wiederholbarkeit</li> <li>• Entwicklungsfähigkeit</li> <li>• Übertragbarkeit</li> </ul>	<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsverhalten in der GA</li> <li>• Reflexionsfähigkeit</li> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Kooperation</li> <li>• Benennen und Beurteilen von Abläufen</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <p><b><u>Beobachtungskriterien:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation des Spiels</li> <li>• Bewertung durch die Mitschüler</li> </ul>
--	--	--	--

<b>Jahrgangsstufe: 9</b>		<b>Dauer des Uvs: 6</b>		<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 6.1/ 6.2</b>	
<b>Thema des UV 3: „Typisch Junge? Typisch Mädchen?“</b> Tänzerische und gymnastische Elemente für Fitnessgymnastik nutzen.					
<b>BF/SB 6 Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik/Tanz, Bewegungskünste</b>			<b>Inhaltsfeld: A – Bewegungsstruktur und Bewegungserfahrung b – Bewegungsgestaltung</b>		
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Gymnastik mit und ohne Handgerät sowie mit anderen Materialien bzw. Objekten</li> <li>Tanzen in unterschiedlichen Erscheinungsformen</li> </ul>			<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Informationsaufnahme und -verarbeitung bei sportlichen Bewegungen (a)</li> <li>Gestaltungsformen und -kriterien (individuell und gruppenspezifisch) (b)</li> <li>Variation von Bewegungen (u.a. räumlich, zeitlich, dynamisch) (b)</li> </ul>		
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ausgewählte Grundtechniken ästhetisch-gestalterischen Bewegens – auch in der Gruppe – ausführen, und durch Erhöhung des Schwierigkeitsgrades oder durch Erhöhung der Komplexität verändern (BWK 10.1)</li> <li>Ausgewählte Merkmale von Bewegungsqualität (z.B. Körperspannung, Bewegungsrhythmus, Bewegungsweite, Bewegungstempo, Raumorientierung, Synchronität von Körper/ Musik und Partner) in Bewegungsgestaltungen – auch in der Gruppe – auf erweitertem Niveau anwenden und zielgerichtet variieren. (BWK 10.3)</li> <li>Ausgehend von vorgegebene Gestaltungsabsichten, -aufgaben und -anlässen eigenen Kompositionen (z.B. Fitnesschoreografie, Gruppengestaltung) entwickeln, umsetzen und präsentieren. (BWK 10.4)</li> </ul>			<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>MK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ihr ästhetisch- gestalterisches Bewegungsrepertoire aus unterschiedlichen Bereichen (z.B. Schulsport, Hobbys, Trends der Jugendkultur) für eine Präsentation (z.B. auch Schulaufführung) nutzen (MK 10.1)</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Die Bewegungs- und Gestaltungsqualität bei sich und andern nach ausgewählten Kriterien beurteilen (UK 10.1)</li> </ul>		
<b><u>Didaktische Entscheidungen</u></b>		<b><u>Methodische Entscheidungen</u></b>		<b><u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u></b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Taktgefühl</li> <li>Synchronität und Asynchronität erproben</li> <li>Räume nutzen</li> <li>Handout gestalten/ Bewegung verschriftlichen</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>Selbstständige Erarbeitung eines Gruppentanzes in einer Kleingruppe</li> <li>Eigenständige Entwicklung/ „Erfindung“ von Tanzschritten</li> </ul>		<b><u>Reflektierte Praxis:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Rhythmusschulung</li> <li>Konzentration</li> <li>Koordination</li> <li>Verknüpfung von Musik und Bewegung</li> </ul>	
				<b><u>Leistungsbewertung</u></b>	
				<b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Kreativität</li> <li>Kooperation mit Gruppenmitgliedern</li> </ul> <b><u>punktuell:</u></b>	



<ul style="list-style-type: none"> <li>• Verknüpfung einer vorgegebenen Choreografie mit neuen Elementen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ggf. Videoanalyse/ Videofeedback</li> </ul>	<p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bewegungsrhythmus,</li> <li>• Synchronität/ Asynchronität von Körper und Musik</li> <li>• Bewegungsqualität</li> <li>• Bewegungsweite</li> <li>• Bewegungsfluss</li> <li>• Bewegungstempo</li> <li>• Raumorientierung</li> <li>• Körperspannung</li> <li>• Beat</li> <li>• Formation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer kleinen (tänzerischen) Choreografie in einer Gruppe</li> </ul> <p><b><u>Beobachtungskriterien:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synchronität</li> <li>• Taktgefühl</li> <li>• Kreativität</li> <li>• „Idee“</li> <li>• Qualität/ Komplexität der Präsentation</li> <li>• Verschriftlichung der Präsentation</li> </ul>
---	--	---	--

**Übersicht über die Unterrichtsvorhaben in der Jahrgangsstufe 10**

Nummerierung	Name des Uvs	Nummer im Bewegungsfeld	UE (45 Minuten)
UV 1	„ <i>Home run ist unser Ziel!</i> “ - Körperlose Endzonenspiele unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen und spielen lernen.	7.8	14
UV 2	„ <i>Mit Choreographen und Kameras</i> “ – unterschiedliche Battle Situationen im Hip-Hop durch Veränderung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen darstellen und die Wirkung auf den Zuschauer beurteilen	6.5	14
UV 3	„ <i>Ausdauerleistung auf dem Prüfstand</i> “ – auf verschiedene standardisierte Ausdauertests vorbereiten und diese gemeinsam durchführen	1.8	14
UV 4	„ <i>Unser Run! No risk- no fun. Le Parcour</i> “ – Eine spannende turnerische Partnergestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren	5.5	14
UV 5	„ <i>Unser Fünfkampf</i> “ – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in 5 Disziplinen planen, durchführen und auswerten	3.7	14
<b>Zur Verfügung stehende Unterrichtszeit:</b>			<b>100 UE</b>
<b>Stunden für die Unterrichtsvorhaben:</b>			<b>70 UE</b>
<b>Freiraum:</b>			<b>30 UE</b>

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des Uvs: 14</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 7.8</b>
<b>Thema des UV: „Home run ist unser Ziel.“</b> – Baseball als körperloses Endzonenspiel unter Berücksichtigung der besonderen taktischen Herausforderungen kennen und spielen lernen		
<b>BF/SB 7 Spielen in und mit Regelstrukturen – Sportspiele</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> d – Leistung e – Kooperation und Konkurrenz	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Weitere Sportspiele und Sportspielvariationen</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit [d]</li> <li>Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <b>BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>ein Endzonenspiel (z.B. „Ball hinter die Linie“, Ultimate Frisbee, Touch Rugby etc.) unter Berücksichtigung der technisch-koordinativen und taktisch-kognitiven Herausforderungen regelgerecht und situativ angemessen spielen [10 BWK 7.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <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>einfache analoge und digitale Darstellungen zur Erläuterung von sportlichen Handlungssituationen (u.a. Spielzüge, Aufstellungsformen) verwenden [10 MK e2]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>die eigene und die Leistungsfähigkeit anderer in unterschiedlichen Sport- und Wettkampfsituationen auch unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d1]</li> </ul>	

Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/ Fachbegriffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Erweiterung neuer Spielregeln und Spielideen aus anderen Kulturen z.B. Ultimate Frisbee, Rugby etc.                             <ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion von neuen Spielformen</li> <li>Erarbeitung, Übung und Anwendung neuer spielspezifischer Techniken</li> <li>Evtl. Vergleich unterschiedlicher Sportarten z.B. „Ball hinter die Linie“, Ultimate Frisbee, Touch Rugby etc.</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Erprobung und Experimentieren (Kennenlernen neuer Spielformen und -ideen) z.B. „Ball hinter die Linie“, Ultimate Frisbee, Touch Rugby etc.</li> <li>Spiel- und Übungsreihen zum Erlernen der neuen Techniken</li> <li>Stationsbetrieb</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Normierte Spiele aus anderen Kulturen</li> <li>Vergleich unterschiedlicher Spielformen und Spielideen, (z.B. „Ball hinter die Linie“, Ultimate Frisbee, Touch Rugby etc)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b>                      Fachvokabular der spezifischen Sportart (z.B. (Rugby) Touchdown, Try, Tackle, Interception, Onside, Offside Defence, Offence, Penalty etc.) (Ultimate Frisbee) Endzone, Flying Disc, Turnover, Layout, Flow etc.</p>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Engagement beim Üben in der Gruppe und individuell</li> <li>Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>allgemeine Mitarbeit</li> <li>Einhalten von Regeln</li> <li>Reflexion von Unterrichtsphasen und eigenem Verhalten</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Demonstration von neuen Techniken der Spielidee</li> </ul>



<b>Jahrgangsstufe: 10</b>		<b>Dauer des Uvs: 14</b>		<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 6.5</b>	
<p><b>Thema des UV: „Mit Choreographen und Kameras“</b> – unterschiedliche Battle Situationen im Hip-Hop <u>oder</u> Step Aerobic durch Veränderung von Aufstellungsformen, Raumwegen und Raumebenen darstellen und die Wirkung auf den Zuschauer beurteilen</p>					
<p><b>BF 6/SB Gestalten, Tanzen, Darstellen – Gymnastik /Tanz, Bewegungskünste</b></p>			<p><b>Inhaltsfeld:</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b></p>		
<p><b>Inhaltlicher Kern:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tanzen, tänzerische Bewegungsgestaltung</li> </ul>			<p><b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Variation von Bewegung [b]</li> <li>• Präsentation von Bewegungsgestaltungen [b]</li> </ul>		
<p><b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen BWK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• eine selbstständig um- und neugestaltete tänzerische Komposition einer ausgewählten Tanzrichtung (z.B. <b>Hip-Hop</b>, Jazztanz, Jumpstyle) allein oder in der Gruppe präsentieren [10 BWK 6.2]</li> </ul>			<p><b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b></p> <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> </ul> <p><b>MK</b></p> <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> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komplexere 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>		
<b><u>Didaktische Entscheidungen</u></b>		<b><u>Methodische Entscheidungen</u></b>		<b><u>Themen reflektierter Praxis und Fachbegriffe</u></b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Grundschriffe kennelernen</li> <li>• In Gruppenarbeit verschiedene Stepvarianten entwickeln</li> <li>• Gestaltung einer Präsentation</li> <li>• individuelle, kreative Ausgestaltung einer selbstständig erarbeiteten Choreografie</li> </ul> <p><b><u>Fachbegriffe</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Hip-Hop/ Step Aerobic</li> <li>• Zeit, raum, Dynamik</li> <li>• Koordinations- und Konditionstraining</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung einer selbstständig erarbeiteten Choreografie (Raumebene, Raumwege, Formationen)</li> <li>• Arbeit in Kleingruppen</li> <li>• Mit Steps experimentieren und ausgewählte Stepvarianten erarbeiten</li> <li>• selbstständiges Erarbeiten der Elementen (z.B. Formation, Raumwege, Raubebenen) mit Hilfe von Arbeitsblättern</li> <li>• Videoanalyse/ Videofeedback, Einsatz von Tablets</li> </ul>		<p><b><u>Reflektierte Praxis:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rhythmuschulung</li> <li>• Konzentration</li> <li>• Koordination</li> <li>• Reflexion von Wirkung der Aufstellung, Raumwege, Raumebenen</li> <li>• Steps front, end, on the top, straddle, etc.</li> <li>• Armarbeit</li> <li>• Aufstellungsformen (dreieck, Linie, Kreuz...) und Raumwege (vorwärts, rückwärts, seitlich ...) gruppenweise präsentieren und</li> </ul>	
				<b><u>Leistungsbewertung</u></b>	
				<p><b><u>unterrichtsbegleitend:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Kreativität</li> <li>• Kooperation mit Gruppenmitgliedern</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Präsentation einer tänzerischen Choreografie in einer Gruppe</li> <li>• Verschriftlichung der Präsentation</li> <li>• Ausführungsqualität</li> <li>• Kreativität</li> </ul> <p><b><u>Beobachtungskriterien:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verbindung einzelner Arm-, Bein- in Einzel-</li> </ul>	

	<p><b><u>Fachbegriffe – Arbeitsmethoden</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Selbstständiges Erarbeiten</li> <li>• Vom Leichten zum Schweren</li> <li>• Vom Einfachen zum zusammengesetzten/(K komplexen)</li> </ul>	<p>korrigieren, reflektieren</p> <p><b><u>Fachbegriffe:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Raumbewegung</li> <li>• Raumebenen</li> <li>• Aufstellungsformen</li> <li>• Beat</li> <li>• Formation</li> <li>• Synchronität</li> <li>• Battle</li> </ul>	<p>und Gruppenpräsentation</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Synchronität</li> </ul>
--	--	---	---

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des Uvs: 14</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 1.8</b>
<b>Thema des UV: „Ausdauertraining geht auch in der Muckibude“</b> – ausgewählte Ausdauertrainingstrainingsformen (aus dem Fitnessstudio) unter Berücksichtigung von Fitnesstrends und Gesundheitsaspekten durchführen		
<b>BF 1 Den Körper wahrnehmen und Bewegungsfähigkeiten ausprägen</b>	<b>Inhaltsfeld: f – Gesundheit</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Allgemeines und spezielles Aufwärmen</li> <li>• Aerobe Ausdauerfähigkeit</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 BWK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• sich funktional und wahrnehmungsorientiert – allgemein und sportartspezifisch – aufwärmen [10 BWK 1.1]</li> <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> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Auswirkungen gezielten Sporttreibens auf die Gesundheit und das psycho-physische Wohlbefinden 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> <b>MK</b> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• gesundheitliche Auswirkungen sportlichen Handelns unter besonderer Berücksichtigung medial vermittelter Fitnesstrends und Körperideale auch unter Genderaspekten kritisch beurteilen [10 UK f1]</li> </ul>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/Fachbe-griffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• individuelle aerobe Belastung wahrnehmen und die eigene Leistungsfähigkeit einschätzen</li> <li>• Anpassung der Bewegung an die individuelle Leistungsfähigkeit</li> <li>• Merkmale körperlicher Reaktionen bei ausdauernden Bewegungen darstellen und begründen</li> <li>• Eine möglichst positive Einstellung zum Ausdauersport erhalten</li> </ul> <p>Kennenlernen verschiedener Methoden:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauermethode</li> <li>• Extensive und intensive Intervall Methode</li> <li>• Wiederholungsmethode</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritische Reflexion der Körperideale in heutiger Zeit</li> <li>• Anaerob – aerob</li> <li>• Herzfrequenz, Atemminutenvolumen,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Individueller Lernzuwachs selbstständig erfassen</li> <li>• Individualisierung des Unterrichts: auf der Suche nach sinnvollen eigenen Zielen</li> <li>• Zirkeltraining – Übungen reflektieren</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauermethode</li> <li>• Extensive und intensive Intervall Methode</li> <li>• Wiederholungsmethode</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kritisches Hinterfragen von Fitnessstudios und dessen Übungen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kurzzeitausdauer</li> <li>• Mittelzeitausdauer</li> <li>• Langzeitausdauer</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anstrengungsbereitschaft</li> <li>• Durchhaltevermögen</li> <li>• Kognitive Mitarbeit</li> </ul> <p><b>punktuell:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Laufstrecke (KZ, MZ, LZ)</li> </ul>

Intervallmethode, Kreislauf-Systems	Herz-			
--	-------	--	--	--

Jahrgangsstufe: 10	Dauer des Uvs: 14	Nummer des Uvs im BF/SB: 5.5
<b>Thema des UV: „Unser Run! No risk – no fun! Le Parcour“</b> – Eine spannende turnerische (Partner-)Gestaltung an einer Hindernisbahn entwickeln und präsentieren		
<b>BF/SB 5 Bewegungen an Geräten – Turnen</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>a – Bewegungsstruktur und Bewegenslernen</b> <b>b – Bewegungsgestaltung</b> <b>c – Wagnis und Verantwortung</b>	
<b>Inhaltliche Kerne:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>normgebundenes Turnen an Geräten und Gerätekombinationen</li> <li>normungebundenes Turnen an Geräten und Gerätebahnen</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>Handlungssteuerung [c]</li> <li>Motive sportlichen Handelns in Wagnissituationen [c]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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>turnerische Sicherheits- und Hilfestellungen situationsbezogen wahrnehmen und sachgerecht ausführen [10 BWK 5.3]</li> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>unterschiedliche Motive (u.a. Risiko erleben) für das Sporttreiben erläutern [10 SK c1]</li> <li>emotionale Signale in sportlichen Wagnissituationen beschreiben [10 SK c2]</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>unterschiedliche Ausgangspunkte (Texte, Musik oder Themen) als Anlass für Gestaltungen – allein oder in der Gruppe – nutzen [10 MK b1]</li> <li>Strategien zum Umgang mit Emotionen in sportlichen Wagnissituationen (u.a. zur Bewältigung von Angstsituationen) anwenden [10 MK c1]</li> </ul>	



<ul style="list-style-type: none"> <li>Herausforderungen in sportlichen Handlungssituationen angepasst an das individuelle motorische Können gezielt verändern [10 MK c2]</li> </ul> <p><b>UK</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>komplexe sportliche Wagnissituationen für sich und andere unter Berücksichtigung des eigenen Könnens und möglicher Gefahrenmomente situativ beurteilen und sich begründet für oder gegen deren Bewältigung entscheiden [10 UK c1]</li> </ul>			
Didaktische Entscheidungen	Methodische Entscheidungen	Gegenstände/Fachbe-griffe	Leistungsbewertung
<ul style="list-style-type: none"> <li>Kennenlernen der Grundidee und der Bedeutung von Le Parcour</li> <li>Abrollen als Mittel zum Energieabbau bei tiefen Sprüngen sowie zur Reduktion von Verletzungsgefahren</li> <li>Erlernen des Präzisionssprungs und weitere Sprungvarianten</li> <li>Einbezug von Wänden zur alternativen Überwindung von Hindernissen</li> <li>Anwendung erlernter Bewegungen in variantenreichen Gerätelandschaften</li> <li>Reflexion des individuellen Angstlevels</li> <li>Verschiebung persönlicher Wagnisgrenzen</li> </ul> <p>Umwandlung von individuell empfundenen Wagnissen in kalkulierten Risiken Sicherheits- und Hilfestellungen Angstreduktion</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Eröffnung von Wagniserfahrungen</li> <li>Erlernen von Bewegungen durch Vereinfachung und Einteilung in Teilbewegungen</li> <li>An Übungsstationen Könnenserlebnisse schaffen</li> <li>Methodische Übungsreihen zur:</li> <li>Vereinfachen/ unterteilten Erlernung komplexer Bewegungsformen</li> <li>Sukzessive Reduktion von Ängsten</li> <li>Verschiebung und Festlegung persönlicher Wagnisgrenzen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reflexion von Wagnis- und Risikosituationen</li> <li>Balancieren („Balance“)</li> <li>Abrollen („Basic roll“)</li> <li>Präzisionssprung („Precision jump“)</li> <li>Einfache Sprungvarianten („Crone jump“, „Lazy vault“, „monkey vault“)</li> <li>Wandhochsprung („wall up“)</li> <li>Durchzug („underbar“)</li> <li>Wandlauf („wall run“)</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Angstlevel</li> <li>Wagnis vs. Risiko</li> <li>Sportartspezifische Techniken (s.o.)</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische, kognitive und soziale Leistung</li> <li>Beobachtungskriterien :</li> <li>Motorisches Können</li> <li>Individueller Lernfortschritt</li> <li>Anstrengungsbereitschaft</li> <li>Mitarbeit in Theoriephasen</li> <li>Einsatz in Gruppenarbeitsphasen</li> <li>Abbau des Angstlevels</li> <li>Verschiebung von Wagnisgrenzen</li> </ul> <p><b>punktuell:</b> 3)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Motorische Leistung beim Ausführen einer themenbezogener Bewegungsaufgaben</li> </ul> <p><b>Beobachtungskriterien:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Kreative und sichere Übereindung von Hindernissen im Rahmen einer Gerätelandschaft unter Anwendung der erlernten Techniken</li> </ul>

<b>Jahrgangsstufe: 10</b>	<b>Dauer des Uvs: 14</b>	<b>Nummer des Uvs im BF/SB: 3.7</b>
<b>Thema des UV: „Unser Fünfkampf“</b> – einen alternativen leichtathletischen Wettkampf in 5 Disziplinen planen, durchführen und auswerten		
<b>BF/SB 3 Laufen, Springen, Werfen – Leichtathletik</b>	<b>Inhaltsfelder:</b> <b>d – Leistung</b> <b>e – Kooperation und Konkurrenz</b>	
<b>Inhaltlicher Kern:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Traditionelle und alternative leichtathletische Wettbewerbe</li> </ul>	<b>Inhaltliche Schwerpunkte:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Leistungsverständnis im Sport [d]</li> <li>• Gestaltung von Spiel- und Sportgelegenheiten [e]</li> </ul>	
<b>Bewegungsfeldspezifische Kompetenzerwartungen</b> <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> </ul>	<b>Bewegungsfeldübergreifende Kompetenzerwartungen</b> <b>SK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rahmenbedingungen, Strukturmerkmale, Vereinbarungen und Regeln unterschiedlicher Spiele oder Wettkampfsituationen Kriterien geleitet 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 sportliches Handeln analysieren und Kriterien geleitet modifizieren [10 MK e1]</li> </ul> <b>UK</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• den Leistungsbegriff in unterschiedlichen sportlichen Handlungssituationen unter Berücksichtigung unterschiedlicher Bezugsgrößen (u.a. soziale, personale, kriteriale Bezugsnormen und Genderaspekte) kritisch reflektieren [10 UK d2]</li> </ul>	

<b>Didaktische Entscheidungen</b>	<b>Methodische Entscheidungen</b>	<b>Gegenstände/Fachbe-griffe</b>	<b>Leistungsbewertung</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Konzentration auf Fünfkampf aus verschiedenen Disziplinen (Sprünge, Würfe, Stöße, Sprints, Läufe)</li> <li>• Kompensationsmöglichkeiten schaffen für schwächere Leistungen</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Relative und absolute Leistungsmessung und -bewertung</li> <li>• Faktoren sportlicher Leistungsfähigkeit – Kraft, Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• selbstständiges Üben und Trainieren (allein und in Gruppen, Stationsbetrieb)</li> <li>• Erarbeiten der Bewegungsmerkmale mithilfe von Bildreihen und Videos- als auch Nutzung des Tablets</li> <li>• Videoanalysen</li> <li>• Arbeitsblätter</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Umsetzung der Informationsaufnahme durch Phasenbild in sportlichen Bewegungen</li> </ul>	<p><b>Reflektierte Praxis:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Verschiedene Sprünge (Höhe und Weite)</li> <li>• Ballwürfe oder Stöße</li> <li>• Sprints oder Läufe, MZA, LZA auf Zeit</li> </ul> <p><b>Fachbegriffe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (abhängig von ausgewählter Disziplin)</li> <li>• Bewegungsfluss (grundlegend), Bewegungsdynamik, Bewegungsrhythmus</li> </ul>	<p><b>unterrichtsbegleitend:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sich auf Unbekanntes einlassen</li> <li>• Konstruktive Mitarbeit auch in Gesprächsphasen</li> <li>• Engagement, Anstrengungsbereitschaft und Motivation beim Erlernen und Üben der Disziplinen zeigen</li> <li>• angemessenes Übungs- und Trainingsverhalten (z.B. beim Aufwärmen, Stationsarbeit etc.) zeigen</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Videoanalyse auf dem Tablet/ iPads</li> <li>• Fehlersehen und Korrekturhinweise mit Hilfe des Arbeitsblattes</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hilfsbereitschaft und Teamgeist zeigen</li> </ul> <p><b><u>punktuell:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Technische und absolute Bewertung der Disziplinen</li> </ul> <p>Kriterien:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•</li> </ul>
--	--	--	--

## 4 Die Leistungsbewertung in der Sek I

### 4.1 Grundsätze der Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung

Die Fachkonferenz hat im Einklang mit dem entsprechenden schulbezogenen Konzept die nachfolgenden Grundsätze zur Leistungsbewertung und Leistungsrückmeldung beschlossen:

Unsere Fachkonferenz Sport vereinbart ihr **Konzept zur Leistungsbewertung** auf der Grundlage des KLP Sport für die Sekundarstufe I und konkretisiert Anforderungen und Kriterien in den gemeinsam geplanten UV der einzelnen Jahrgangsstufen. Damit schaffen wir innerhalb der gegebenen Freiräume sowohl eine Transparenz der Bewertung wie auch eine Vergleichbarkeit der Anforderungen.

Die Leistungsbeurteilung orientiert sich dabei am spezifischen Lernvermögen unserer Schülerinnen und Schüler und an den im Lehrplan ausgewiesenen Kompetenzerwartungen mit den jeweils beschriebenen Zielsetzungen eines Unterrichtsvorhabens (UV-Kartenvorderseite). Neben den punktuellen Leistungen am Ende eines UVs berücksichtigen wir insbesondere auch die unterrichtsbegleitenden Prozesse und die dort gezeigten Leistungen (UV-Kartenrückseite).

Unser Leistungskonzept ist einem pädagogischen Leistungsverständnis verpflichtet und berücksichtigt das individuelle Leistungsvermögen und den individuellen Lernfortschritt angemessen. Wir begleiten Schülerinnen und Schülern mit individuellem Feedback hinsichtlich ihres Leistungsstandes und entwickeln gemeinsam allgemeine und fachmethodische Lernstrategien.

Zu Beginn des Schuljahres machen wir unsere Schülerinnen und Schülern mit den Leistungsanforderungen des Sportunterrichts in der jeweiligen Jahrgangsstufe vertraut. Jede Sportlehrkraft schafft Transparenz, indem sie einen Überblick die jeweils aktuell anstehenden Unterrichtsvorhaben gibt. In diesem Kontext legt sie auch die mit den einzelnen UV verknüpften Anforderungen sowie die allgemeinen Grundsätze der Leistungsbewertung offen.

Die Mitglieder der Fachkonferenz Sport verpflichten sich dementsprechend,

- die hier dargelegten Prinzipien der Leistungsbewertung umzusetzen,
- den Schülerinnen und Schülern die Kriterien zur Leistungsbewertung in jedem Unterrichtsvorhaben transparent zu machen und
- die individuelle Lernentwicklung unter Beachtung fachmethodischer Lernstrategien zu berücksichtigen.

#### *I. Beurteilungsbereich „Sonstige Leistungen“:*

Die von Schülerinnen und Schülern erbrachten Leistungen im Fach Sport der Sekundarstufe I werden dem Beurteilungsbereich „*Sonstige Leistungen im Unterricht*“ zugeordnet. Dabei handelt es sich im Einzelnen um sportpraktisches Handeln sowie mündliche und schriftliche Beiträge, die hinsichtlich ihrer Qualität, Quantität und Kontinuität erfasst und beurteilt werden.

Die Leistungsbewertung bezieht sich sowohl in der Erprobungsstufe wie auch im weiteren Laufe der Sekundarstufe I jeweils auf **alle** Bewegungsfelder und Sportbereiche. Dabei weist die jeweilige Übersicht die Verteilung der Unterrichtsvorhaben in den einzelnen Jahrgangsstufen aus. Die Länge der einzelnen UV ist

abhängig von der Anzahl und Komplexität der einzelnen Kompetenzerwartungen, was wiederum die Gewichtung der einzelnen UV im Gesamtkontext der Leistungsbeurteilung beeinflusst.

### **Bewertung unter Berücksichtigung aller Kompetenzbereiche**

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

- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Bewegungs- und Wahrnehmungskompetenz (BWK)** beziehen sich auf psycho-physische, technisch-koordinative, taktisch-kognitive sowie ästhetisch-gestalterische Fertigkeiten und Fähigkeiten in den verschiedenen Bewegungsfeldern und Sportbereichen.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Sachkompetenz (SK)** umfassen das Einbringen grundlegenden Wissens in den Bereichen Bewegung, Spiel und Sport. Von zentraler Bedeutung für die Realisierung des eigenen sportlichen Handelns und für sportliches Handeln im sozialen Kontext ist es, über Sachkenntnisse aus den unterschiedlichen Sinnggebungsbereichen des Sports zu verfügen und dieses Wissen situationsangemessen anwenden zu können.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Methodenkompetenz (MK)** beziehen sich auf methodisch-strategische wie auch sozial-kommunikative Methoden und Formen selbstständigen Arbeitens allein und in der Gruppe. Es geht insbesondere darum, sich systematisch mit Aufgaben aus den Bereichen sportlichen Handelns auseinanderzusetzen und zunehmend eigenverantwortlich angemessene Lösungswege sowie Handlungspläne zu entwerfen.
- Beobachtbare Leistungen im Bereich der **Urteilskompetenz (UK)** sind eng verknüpft mit Leistungen in allen anderen Kompetenzbereichen. Sie umfassen eine kritische Auseinandersetzung mit dem erarbeiteten fachlichen und methodischen Hintergrundwissen und der erlebten sportlichen Wirklichkeit, wobei das kriteriengeleitete Beurteilen im Mittelpunkt steht.

### **Bewertung vor dem Hintergrund sportbezogener Verhaltensdimensionen**

Folgende Aspekte sportbezogenen Verhaltens werden vor dem Hintergrund des thematischen Zusammenhangs für die Leistungsbewertung angemessen berücksichtigt:

- Die selbstständige Mitgestaltung und Organisation von Rahmenbedingungen spielt im Sportunterricht eine bedeutsame Rolle. Leistungen in diesem Bereich berücksichtigen das sichere und umsichtige Herrichten von Spielflächen, den verantwortungsvollen Umgang mit Geräten, das Übernehmen von Aufgaben sowie auch die eigenständige Vorbereitung auf den Unterricht.
- Die individuelle Anstrengungsbereitschaft ist wichtig. Im Wesentlichen bezieht sie sich auf die Bereitschaft, im Unterricht engagiert und motiviert mitzuarbeiten sowie auch in Arbeits- und Übungsphasen intensiv, konzentriert und beständig mit den geforderten Aufgabenstellungen auseinanderzusetzen. Gelegentlich (z.B. beim ausdauernden Laufen) bedeutet Anstrengungsbereitschaft aber auch, selbstständig und eigenverantwortlich die eigene psycho-physische Leistungsfähigkeit kontinuierlich und vertieft auch außerhalb des Unterrichts zu verbessern und zu erhalten, um langfristig erfolgreich mitarbeiten zu können.
- Fairness, Kooperationsbereitschaft und -fähigkeit zeigen sich im jeweiligen Unterrichtsvorhaben im fairen Umgang miteinander, in der Bereitschaft eigene, auch berechnete, Interessen zurückzustellen sowie in

allen Gruppen und Mannschaften konstruktiv mitzuarbeiten und sich gegenseitig zu unterstützen. Diese beinhaltet auch das Vereinbaren und Einhalten von Regeln und das Verteilen und Einnehmen von Rollen.

## *II. Formen der Leistungsüberprüfung*

In unserem Leistungskonzept ist eine Vielfalt von Möglichkeiten zur Leistungsüberprüfung vorgesehen. Alle Formen der Leistungsbewertung im Sportunterricht bieten zum einen den Schülerinnen und Schülern differenzierte individuelle Rückmeldungen über das Erreichen von Zielsetzungen und ermöglichen zum anderen den Lehrkräften, Konsequenzen für das weitere pädagogische Handeln im Unterricht abzuleiten.

Unsere Fachschaft Sport vereinbart verbindliche Formen der Leistungsbewertung. Dabei beziehen sich die Lernerfolgsüberprüfungen (allein und/oder in der Gruppe) auf alle **vier Kompetenzbereiche** gemäß dem Kernlehrplan Sport der Sekundarstufe I.

Die Lernerfolgsüberprüfungen (prozess- und produktbezogen) beziehen sich sowohl auf das **sportpraktische Handeln** in Form von

- qualitativ bewertbaren sportpraktischen Bewegungshandlungen (z.B. Aufwärmen, Spielhandlungen, Turniere, Demonstration taktisch-kognitiver Fähigkeiten und technisch-koordinativer Fertigkeiten),
- qualitativ bewertbaren sportbezogenen Darstellungsleistungen (z.B. Präsentationen, Choreografien) und
- sportmotorischen Testverfahren zur Überprüfung quantitativ messbarer Leistungen (z.B. Fitness- und Ausdauer-tests)

als auch auf **weitere Beiträge im Unterricht** und hier besonders auf

- Beiträge zum Unterricht **in der reflektierten Praxis** (u.a. Qualität der Beiträge, Kontinuität der Beiträge, sachliche Richtigkeit, angemessene Verwendung der Fachsprache, Darstellungskompetenz, Komplexität/Grad der Abstraktion, Differenziertheit der Reflexion),
- zielgerichtetes und kooperatives Handeln in Übungs- und Spielsituationen,
- Formen des selbstständigen und eigenverantwortlichen Arbeitens

und schließlich in einzelnen UV auf **Beiträge** in Form von

- Lern- und Trainingstagebüchern, Portfolios (z.B. Dokumentation des eigenen Trainings),
- Visualisierungen sportfachlicher Überlegungen und Erkenntnisse (z.B. Tafelbilder),
- Referaten und
- Hausaufgaben, schriftlichen Übungen und Protokolle.

Welche Formen der Leistungsbewertung in den einzelnen Unterrichtsvorhaben besonders relevant werden, ist grob durch die Aussagen zur Leistungsbewertung auf den Rückseiten der UV-Karten festgelegt. Um eine spezifische Anpassung an jede Lerngruppe und die vorgefundenen Rahmenbedingungen (Halle, Zeit etc.) vornehmen zu können, ist eine individuelle Anpassung bzw. Konkretisierung von dem unterrichtenden Fachkollegen erforderlich.

Die Fachschaft Sport unserer Schule nimmt sich vor, die Konkretisierung der einzelnen UV im Verlaufe der nächsten Schuljahre noch weiter fortzuführen bzw. nach der Evaluation von den Kollegen jeweils jahrgangsstufenbezogen zu optimieren.

**Außerunterrichtliche Leistungen im Schulsport** – wie z. B. leistungssportliches Engagement, die Teilnahme an Schulsportwettkämpfen, die Ausbildung zur Sporthelferin oder zum Sporthelfer, zu Schülermentorinnen und -mentoren werden ggf. verbindlich als Bemerkungen auf dem Zeugnis vermerkt. Sie können jedoch nicht als Teil der Sportnote berücksichtigt werden.

Der Erwerb von **Qualifikationsnachweisen zum Schwimmen** wird nach dem Schwimmunterricht in den Jahrgangsstufe 7 im Schülerstammbblatt dokumentiert.

## 4.2 Lehr- und Lernmittel

Für das Fach Sport sind keine verbindlichen Lehr- und Lernmittel vorgesehen. Bei der Durchführung der einzelnen Unterrichtsvorhaben werden eingesetzte Arbeitsmaterialien (z.B. digitale und analoge Medien, Arbeitsblätter, Diagnose- und Beobachtungsbögen, Leistungstabellen) berücksichtigt. Ausgewählte Materialien stehen auch den Schülerinnen und Schülern direkt im digitalen Klassenordner für das Fach Sport zur Verfügung.

Unterstützende Materialien für Lehrkräfte sind zum Beispiel bei den konkretisierten Unterrichtsvorhaben im Lehrplannavigator NRW unter dem folgenden Link zu finden:

[https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/front\\_content.php?idcat=4948](https://www.schulentwicklung.nrw.de/lehrplaene/front_content.php?idcat=4948)

Die Fachkonferenz hat sich zu Beginn des Schuljahres darüber hinaus auf die nachstehenden Hinweise geeinigt, die bei der Umsetzung des schulinternen Lehrplans ergänzend zur Umsetzung der Ziele des Medienkompetenzrahmens NRW eingesetzt werden können. Bei den Materialien handelt es sich nicht um fachspezifische Hinweise, sondern es werden zur Orientierung allgemeine Informationen zu grundlegenden Kompetenzerwartungen des Medienkompetenzrahmens NRW gegeben, die parallel oder vorbereitend zu den unterrichtsspezifischen Vorhaben eingebunden werden können:

- **Digitale Werkzeuge / digitales Arbeiten**

Umgang mit Quellenanalysen:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/informationen-aus-dem-netz-einstieg-in-die-quellenanalyse/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

Erstellung von Erklärvideos:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/erklavideos-im-unterricht/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

Erstellung von Tonaufnahmen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/das-mini-tonstudio-aufnehmen-schneiden-und-mischen-mit-audacity/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

Kooperatives Schreiben: <https://zumpad.zum.de/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

- **Rechtliche Grundlagen**

Urheberrecht – Rechtliche Grundlagen und Open Content:

<https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/urheberrecht-rechtliche-grundlagen-und-open-content/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

Creative Commons Lizenzen: <https://medienkompetenzrahmen.nrw/unterrichtsmaterialien/detail/creative-commons-lizenzen-was-ist-cc/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)

Allgemeine Informationen Daten- und Informationssicherheit:

<https://www.medienberatung.schulministerium.nrw.de/Medienberatung/Datenschutz-und-Datensicherheit/> (Datum des letzten Zugriffs: 31.01.2020)



## 4 Qualitätssicherung und Evaluation

Der schulinterne Lehrplan ist als „dynamisches Dokument“ zu sehen. Dementsprechend sind die dort getroffenen Absprachen stetig zu überprüfen, um ggf. Modifikationen vornehmen zu können. Die Fachschaft trägt durch diesen Prozess zur Qualitätsentwicklung und damit zur Qualitätssicherung des Faches bei.

### Maßnahmen der fachlichen Qualitätssicherung:

Das Fachkollegium überprüft kontinuierlich, inwieweit die im schulinternen Lehrplan vereinbarten Maßnahmen zum Erreichen der im Kernlehrplan vorgegebenen Ziele geeignet sind. Dazu dienen beispielsweise auch der regelmäßige Austausch sowie die gemeinsame Konzeption von Unterrichtsmaterialien, welche hierdurch mehrfach erprobt und bezüglich ihrer Wirksamkeit beurteilt werden.

Kolleginnen und Kollegen der Fachschaft (ggf. auch die gesamte Fachschaft) nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil, um fachliches Wissen zu aktualisieren und pädagogische sowie didaktische Handlungsalternativen zu entwickeln. Zudem werden die Erkenntnisse und Materialien aus fachdidaktischen Fortbildungen und Implementationen zeitnah in der Fachgruppe vorgestellt und für alle verfügbar gemacht.

Feedback von Schülerinnen und Schülern wird als wichtige Informationsquelle zur Qualitätsentwicklung des Unterrichts angesehen. Sie sollen deshalb Gelegenheit bekommen, die Qualität des Unterrichts zu evaluieren. Dafür kann das Online-Angebot SEFU (Schülerinnen und Schüler als Expertinnen und Experten für Unterricht) genutzt werden ([www.sefu-online.de](http://www.sefu-online.de), Datum des Zugriffs: 15.01.2020).

### Überarbeitungs- und Planungsprozess:

Die Fachkonferenz evaluiert ihre Aufgaben und Ziele sowie die Leitidee des Schulsports und deren Verwirklichung in regelmäßigen Abständen und überprüft deren Übereinstimmung mit der Schulprogrammarbeit. Dazu überprüft sie, inwiefern die Aufgaben der Schule im Zusammenhang mit dem Sport stehen.

Die Fachkonferenz evaluiert die schulinternen Lehrpläne hinsichtlich ihrer Machbarkeit und nimmt ggf. Modifizierungen, Erweiterungen oder Korrekturen vor. Die Umsetzung der einzelnen konkretisierten Unterrichtsvorhaben wird dazu jeweils zum Ende des Schuljahres von den jeweiligen Fachlehrkräften auf der Grundlage der Jahresplanung hinsichtlich der Qualität und Durchführbarkeit jahrgangstufenbezogen ausgewertet. In diesem Kontext werden auch die Notentabellen und Formen der Leistungsbewertung kritisch in den Blick genommen.

Darüber hinaus wird die Schwimmfähigkeit am Ende der Jahrgangsstufe 7 vor dem Hintergrund unseres Schwimmkonzepts erfasst (Bronze-Schwimmabzeichen).

Die Fachkonferenz trifft Vereinbarungen über Transparenz und Offenlegung über alle den Schulsport betreffenden Aspekte (Implementationsmaterialien, Rechtliche Aspekte etc.).

Die Ergebnisse dienen der/dem Fachvorsitzenden zur Rückmeldung an die Schulleitung und u.a. an den/die Fortbildungsbeauftragte, außerdem sollen wesentliche Tagesordnungspunkte und Beschlussvorlagen der Fachkonferenz daraus abgeleitet werden.

**Arbeitshilfen für die Fachkonferenzarbeit**

Die Arbeitshilfen im Anhang dienen u.a. dazu, mögliche Probleme und einen entsprechenden Handlungsbedarf in der fachlichen Arbeit festzustellen und zu dokumentieren, Beschlüsse der Fachkonferenz zur Fachgruppenarbeit in übersichtlicher Form festzuhalten sowie die Durchführung der Beschlüsse zu kontrollieren und zu reflektieren.

## 6 Anhang

### I Verhaltenskodex für Lehrer/innen und Schüler/innen im Fach Sport

#### Körperkontakt/Hilfestellung

Bei manchen Sportarten entsteht ein Körperkontakt in der Hilfestellung oder der Sicherung, wobei auf körperliche Unversehrtheit und die Wahrung der Intimsphäre zu achten ist. Auch individuelle Grenzempfindungen werden respektiert. Bei Gefahr für Leib und Leben kann es zu einer Ausnahmesituation kommen, wobei diese Regeln dann zum Schutz der Schüler/innen nicht eingehalten werden können.

#### Kleiderordnung

Im Sportunterricht wird eine zweckmäßige, handelsübliche Sportkleidung, die nicht zu aufreizend wirkt, getragen. Das Tragen von Spaghetti- und bauchfreien Tops wird untersagt.

#### Nutzung der Umkleiden

Die Umkleiden der Mädchen und Jungen werden grundsätzlich nicht betreten. Ist ein Betreten erforderlich, sollte dieses durch gleichgeschlechtliche Erwachsene erfolgen, indem an die Tür geklopft wird mit dem Hinweis, dass man in Kürze eintreten will. Dies gilt nicht im Rahmen der Nothilfe sowie bei begründetem Verdacht der Gefahr für Leib und Leben der Schüler/innen.

Werl, den 19.03.2019

## **II Informationen zum Sport- und Schwimmunterricht**

Liebe Eltern, liebe Schülerinnen und Schüler der Klasse 5!

### **Sportunterricht**

Der Sportunterricht findet in der Regel in der Sporthalle Schloßstraße, am Kurfürstenring oder in der Overberghalle statt. Bei mildem und trockenem Wetter kann der Unterricht aber auch im Buchgeisterstadion oder auf dem Schulgelände stattfinden (Leichtathletik, Ausdauertraining).

### **Teilnahme**

Grundsätzlich nehmen alle Schülerinnen und Schüler am Sport- bzw. Schwimmunterricht teil. Auch bei einer Entschuldigung aus Krankheitsgründen besteht Anwesenheitspflicht, denn schulischer Sportunterricht enthält immer auch theoretische und „organisatorische“ Anteile, an denen auch zeitweise sportunfähige Schüler aktiv teilnehmen können. Eine Entschuldigung erfolgt schriftlich, z.B. im Schülerplaner.

Kann ihr Kind länger als zwei Wochen nicht am Sport- oder Schwimmunterricht teilnehmen, so muss ein ärztliches Attest vorgelegt werden.

Wenn bei Ihrem Kind medizinische Probleme (Asthma, Diabetes, Epilepsie o.a.) vorliegen oder sich im Laufe des Schuljahres einstellen, bitten wir Sie, uns baldmöglichst davon in Kenntnis zu setzen, um gemeinsam über Art und Umfang der Teilnahme am Sportunterricht zu beraten.

### **Brillen im Sportunterricht**

Der Schulspporterlass schreibt vor: „Brillenträgerinnen und Brillenträger müssen sporttaugliche Brillen (nachgiebiges Gestell, Kunststoffgläser, fester Sitz) oder Kontaktlinsen tragen.“

Wir bitten Sie daher, in Absprache mit den Fachärzten Ihre Verantwortung für das Tragen einer zweckmäßigen Brille im Schulsport wahrzunehmen. Nur Sie können beurteilen, welche Brille für Ihr Kind im Sportunterricht sinnvoll ist. Uns Lehrkräften ist es nicht möglich, eine Brille auf ihre Sporttauglichkeit hin zu überprüfen.

### **Kleidung**

Neben zweckmäßigem T-Shirt (keine Spaghettiträger-Tops, nicht bauchfrei) und einer Sporthose sollten während des Sportunterrichts funktionelle Turnschuhe mit einer abriebfesten Sohle („non-marking Schuhe“) getragen werden. Sollten sie einmal draußen benutzt werden, müssen die Sohlen anschließend gründlich gereinigt werden. Bei langen Haaren ist die Verwendung von Haargummis Pflicht.

### **Schmuck und Wertsachen**

Das Tragen von Uhren und Schmuck kann im Sport leicht zu Verletzungen führen, deshalb ist dies im Sportunterricht ausdrücklich verboten. Uhren, Ringe, Armbänder, Ohringe, Piercings ... und Ähnliches müssen abgelegt werden. Hierzu wird eine Kiste zur Verfügung gestellt, in welche die Schüler ihren Schmuck und weitere Wertsachen (Handys, Geldbörse) eigenverantwortlich deponieren und nach der Stunde herausnehmen. Für diese Wertsachen kann die Schule keine Haftung übernehmen.

### Schwimmunterricht

In der Klasse 5 (Realschule) und der Klasse 6 (Gymnasium) wird eine verbindliche Einheit Schwimmen durchgeführt. Hier werden vielfältige Bewegungserfahrungen im Wasser und die Weiterentwicklung von Schwimmtechniken ermöglicht. In der knappen (Schwimm-)Zeit können wir aber keine Schwimm-Anfängerschulung anbieten. Aus diesem Grund müssen wir Sie bitten, dafür Sorge zu tragen, dass Ihr Kind möglichst zeitnah zumindest das „Seepferdchen“ erwirbt. In der Klasse 6 (Realschule) und der Klasse 7 (Gymnasium) erfolgt eine weitere Schwimmeinheit. Spätestens hier sollten alle Kinder das Schwimmbzeichen „Bronze“ erwerben.

Es ist Voraussetzung für die Teilnahme an allen Schwimm- und Wasseraktivitäten (z.B. Kanufahren...) bei Schulausflügen und Klassenfahrten.

Zu Beginn des 5. Schuljahres (UR) bzw. 6. Schuljahres (UG) wird der Sportlehrer/ die Sportlehrerin gemeinsam mit den Kindern den Weg zum Schwimmbad und zurück einüben, so dass die Schüler später in der Lage sind, in Kleingruppen diesen Weg auch ohne Lehrkraft gehen zu können.

### Zur Badekleidung

Die Mädchen sollten einen Badeanzug tragen und die Jungen eine Badehose oder -shorts, die jedoch nicht über das Knie reichen darf.

Auch hier besteht Haargummipflicht bei langen Haaren! Um lange Fönzeiten zu vermeiden, ist eine Badekappe sinnvoll, aber keine Pflicht. Da nur wenige Haartrockner im Hallenbad zur Verfügung stehen, sollten Sie ihrem Kind ggf. einen Fön mitgeben. Ebenso ist die Mitnahme einer Mütze für die kalte Jahreszeit ratsam.

### Umkleidekabinen

Für das Einschließen der Kleidung sowie der Wertsachen stehen den Kindern in der Sammelumkleide abschließbare Schränke zur Verfügung - hierfür wird ein Eurostück benötigt. Für verlorene Sachen wird keine Haftung übernommen.

### Im Krankheitsfall

Falls ihr Kind nicht am Schwimmunterricht teilnehmen kann, dann bitte

1. eine kurze Entschuldigung im Schülerplaner eintragen und
2. eine kurze Hose, ein T-Shirt und Badeschlappen einpacken (das Betreten des Schwimmbades in Straßenkleidung ist nicht gestattet) – ansonsten nimmt ihr Kind am Fachunterricht in einer anderen Klasse teil.

Mit freundlichen Grüßen

**Rückmeldung „Informationen zum Sport- und Schwimmunterricht“**

*Bitte diese Rückmeldung unterschrieben an den Klassenlehrer/ die Klassenlehrerin geben!*

Ich/ Wir haben die Informationen zum Sport- und Schwimmunterricht zur Kenntnis genommen und versichere/ versichern die Durchführung und den reibungslosen Ablauf des Sport- bzw. Schwimmunterrichts zu unterstützen.

Name des Kindes: \_\_\_\_\_

Klasse: \_\_\_\_\_

Datum: \_\_\_\_\_

Mein Sohn/ meine Tochter ist gesund!

Mein Sohn/ meine Tochter ist nicht voll belastbar, weil

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Mein Sohn/ meine Tochter besitzt ...

kein Schwimmabzeichen

das „Seepferdchen“

Das Schwimmabzeichen:

Bronze

Silber

Gold

Unterschrift der/ des Erziehungsberechtigten: \_\_\_\_\_

Unterschrift des Kindes: \_\_\_\_\_